

Salute: come scegliere il pesce - Starbene



POLPI & CO. ALL'ACQUA OSSIGENATA

In questo caso la questione è molto complessa, perché **l'utilizzo di soluzioni acquose contenenti perossido di idrogeno non va dichiarato**. Il motivo? Non sono considerate un additivo. «Il loro uso è autorizzato solo come “coadiuvante tecnologico”, cioè come “aiuto” nelle fasi di lavorazione dei **molluschi** cefalopodi (seppie, calamari, polpi) eviscerati, decongelati o congelati (quindi, non freschi)», spiega Valentina Tepedino, medico veterinario specializzato in Ispezione dei prodotti ittici e direttore di Eurofishmarket.

«**Questo trattamento non è pericoloso per la salute**, purché si rispettino modalità di impiego e percentuali precise, tuttavia cambia l'aspetto del prodotto, perché lo sbianca e lo rende più appetibile. Dunque, **sarebbe giusto che il consumatore fosse informato**». Invece, l'obbligo, come detto, vale solo per gli additivi (che mangiamo insieme al pesce). Ma chi ci assicura che non rimangano residui di acqua ossigenata?

«A oggi non sono disponibili metodiche per rilevarne la presenza, quindi non possiamo avere la certezza che i molluschi cefalopodi ne siano realmente privi. Proprio per questa ragione **Eurofishmarket ha lanciato una petizione, che aiuti il consumatore a scegliere senza dubbi**» (vedi qui di seguito). Di recente è stata presentata anche un'interrogazione alla Commissione europea per chiedere di **segnalare in etichetta** l'utilizzo di sostanze che modificano l'aspetto dei prodotti.



GAMBERI E MAZZANCOLLE AI SOLFITI

«Servono a far sì che sulla testa dei **crostacei** non si formi la macchia nera dovuta al normale deterioramento degli organi interni», spiega l'esperta. «**La legge ne permette l'uso, purché segnalato in etichetta e nel rispetto dei quantitativi ammessi.**

I controlli su questi additivi sono molto rigorosi, quindi la lettura delle informazioni, riportate sulla confezione o sui cartellini in pescheria, dà in genere indicazioni chiare». Va aggiunto solo che i **solfiti possono favorire mal di testa o reazioni allergiche** nelle persone predisposte.



FILETTI "ARRICCHITI" CON I POLIFOSFATI

Si possono utilizzare, in quelli congelati, come **crioprotettivi** (cioè per proteggere i prodotti dai danni

del freddo, una sorta di “bruciatura” che ne altera l’aspetto). **I polifosfati devono essere segnalati sulle confezioni** e, soprattutto, non possono essere impiegati per incrementare la quantità di acqua trattenuta dalle carni in modo da aumentarne il peso (purtroppo, però, a volte capita anche questo). «Il problema è che, come per il perossido, non è possibile effettuare controlli certi perché mancano strumenti efficaci.

Tuttavia, indagini di **Eurofishmarket** svolte in collaborazione con laboratori specializzati hanno evidenziato in diversi campioni di **prodotti ittici** freschi valori di fosforo totale (indice dell’uso di questi additivi) sospetti e non dichiarati», ammette valentina Tepedino.

Non ci sono rischi per la salute (i quantitativi non sono rilevanti), ma sicuramente c’è una frode perché l’additivo in questo caso è usato al solo scopo di rendere più pesante il prodotto.



PESCE FRESCO PIÙ A LUNGO GRAZIE AI CITRATI

Proteggono dall’ossidazione e **riducono l’irrancidimento dei grassi e le modifiche di colore**. «Acido citrico e citrato di sodio **non sono pericolosi per la salute** e la legge non li vieta, ma è obbligatorio indicarli in etichetta, cosa che non tutti fanno», puntualizza l’esperta.



QUI ACQUISTI IN SICUREZZA

La rete di controlli è capillare, ma anche per le autorità competenti **non è sempre facile scovare gli "aiutini" non dichiarati**. «Nel dubbio, il consiglio, è affidarsi a **pescherie di fiducia** e preferire quelle che hanno banchi con prodotti "ordinati" per tipologia e distinti in freschi, decongelati, naturali e additivati.

Inoltre, conviene **evitare i negozi che, per l'eventuale impiego di sostanze, rimandano al libro ingredienti** (non sempre è facilmente fruibile), e prediligere quelli che espongono etichette chiare e ben leggibili», suggerisce Valentina Tepedino.



PUOI FIRMARE ONLINE

Su richiesta delle aziende che lavorano i molluschi cefalopodi e che non ricorrono all'utilizzo di coadiuvanti e additivi, Eurofishmarket, in collaborazione con il **Movimento difesa del cittadino**, ha lanciato una petizione per istituire l'obbligo di **segnalare in etichetta, anche solo con un bollino, i prodotti naturali**, cioè esenti da ogni tipo di trattamento con sostanze diverse dall'acqua e dal sale, per distinguerli da quelli trattati anche solo con **“coadiuvanti tecnologici”**.

L'obiettivo è rendere più trasparente il mercato nell'interesse dei **consumatori** e dei produttori. Trovi la petizione su change.org. Per info: eurofishmarket.it e difesadelcittadino.it



Lo sapevi che il **polpo** può essere trattato con l'**acqua ossigenata**? A permetterlo è una circolare del **Ministero della Salute** che, da poche settimane, ha ammesso l'utilizzo di “soluzioni acquose contenenti perossido di idrogeno” (è la definizione chimica del noto disinfettante) nella lavorazione di alcuni tipi di **molluschi**.

Queste sostanze servono per **“sbiancare il prodotto e renderlo più appetibile”**, ma non sono le uniche che vengono usate (in modo lecito o illecito). Un'inchiesta di **Eurofishmarket** (azienda leader per la consulenza, ricerca, formazione ed informazione specializzata nel settore ittico) ha dimostrato che **l'impiego di additivi è diffuso** e non sempre avviene nel rispetto delle regole. La loro presenza andrebbe infatti segnalata in **etichetta**, con il nome per esteso o con un numero preceduto dalla lettera “E”. Spesso, però, ciò non accade.