



Ridere in casa, un progetto per diffondere la conoscenza

Massimo Labra, Maurizio Casiraghi, Francesca Cattaneo e Ilaria Bruni

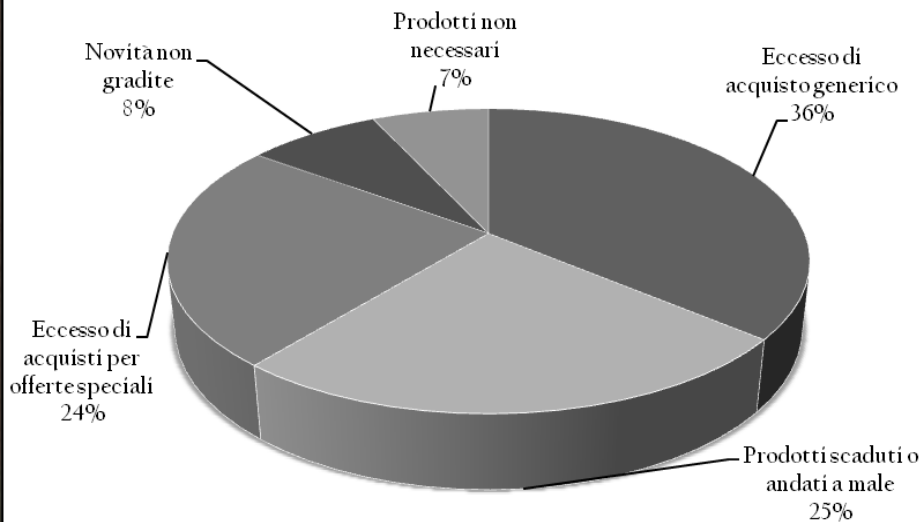
Da dove siamo partiti?

Ogni famiglia italiana spreca circa 500 euro in prodotti alimentari che per motivi diversi vanno buttati.

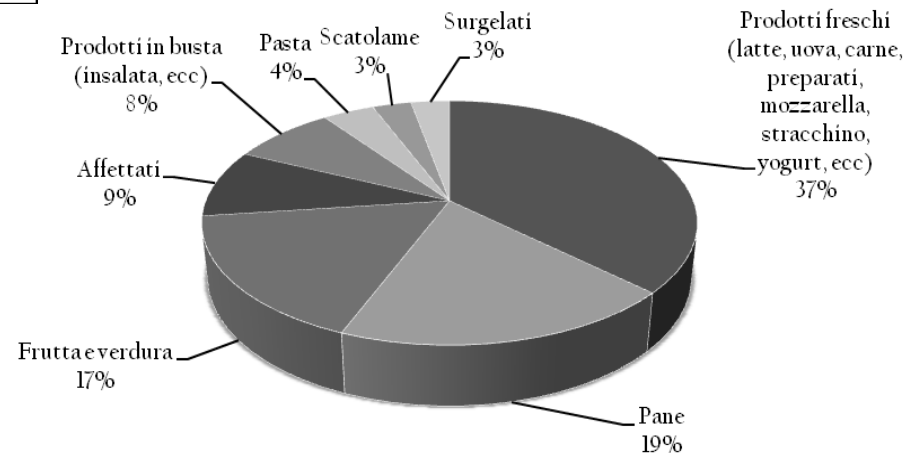


Progetto **Ridere in casa** (Riduzione degli sprechi domestici)

PERCHE' SI SPRECA?



% DI SPRECHI SULLE SINGOLE VOCI DI SPESA



Dati tratti da una ricerca di:
Adoc - Associazione per la difesa e l'orientamento dei consumatori (2009)

Cosa dicono le leggi

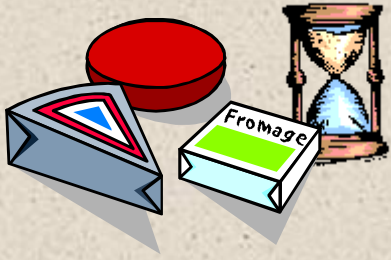


✓ Art. 3 del Decreto Legislativo n. 109 del 1992 → Etichette dei prodotti preconfezionati

✓ Decreto Legislativo n. 68 del 2000 → Termine minimo di conservazione = data fino alla quale il prodotto alimentare conserva le sue proprietà specifiche in adeguate condizioni di conservazione

✓ Decreto Legislativo n. 181 del 2003 → Indicazioni sulle etichette non devono indurre in inganno, soprattutto in merito alla natura, identità, composizione, conservazione, origine e fabbricazione dei prodotti.

MA COS'E' LA SCADENZA?



La scadenza

Definizione

La data di scadenza è la data fino alla quale un alimento è idoneo al consumo, se mantenuto nelle corrette condizioni di conservazione.

Quali fattori determinano la data di scadenza?

- caratteristiche merceologiche
- trattamenti tecnici a cui viene sottoposto il prodotto e sistemi di conservazione
- tipo di materiale in cui viene presentato o confezionato
- tempo e modo di trasporto
- condizioni climatiche del Paese e della regione nel quale il prodotto deve essere venduto
- frequenza di consumo del prodotto nella popolazione nel quale è venduto

Ci sono 2 tipi di scadenza

La scadenza legislativa

Da consumarsi preferibilmente entro il... data entro la quale l'alimento conserva le sue proprietà specifiche.

Dopo tale data l'alimento non perde le caratteristiche nutritive o organoelettriche e generalmente non provoca danni alla salute. Potrebbero però verificarsi, dopo tale data, fenomeni di alterazione del prodotto.



Tutela dell'azienda produttrice

La scadenza biologica

Indica quando un alimento perde le sue caratteristiche merceologiche e di commestibilità in seguito a:

- Alterazioni fisiche
- Alterazioni chimiche
- Alterazioni biochimiche
- Alterazioni microbiologiche

Dopo la scadenza biologica, i cibi non devono essere consumati perché potrebbero provocare danni alla salute.

La conservazione



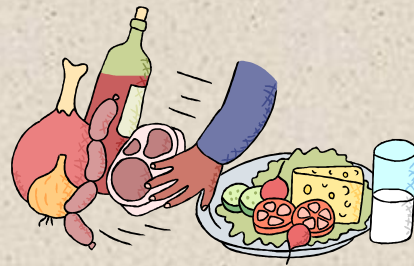
La conservazione degli alimenti comprende diversi metodi e processi che i produttori utilizzano durante la preparazione o prima di commercializzarli, per poterne preservare l'edibilità nel tempo e il valore nutritivo, prevenendone le alterazioni precedentemente descritte.

METODI DI CONSERVAZIONE ALIMENTARE		
Riduzione dell'attività dell'acqua	Salatura (a secco o in salamoia)	
	Concentrazione per evaporazione, per osmosi inversa, per crioconcentrazione	
	Conservazione con zucchero	
	Essiccamento	
	Liofilizzazione	
Alterazione della temperatura	Basse temperature	Refrigerazione
		Congelazione
		Surgelazione
	Alte temperature	Sterilizzazione
		Pastorizzazione
		Pastorizzazione HTST
Alterazione della composizione dell'atmosfera	Conservazione sottovuoto	
	Conservazione in atmosfera protettiva	
	Conservazione sott'olio	
Radiazioni	Trattamento con microonde	
	Trattamento con radiazioni ionizzanti	
	Trattamento con raggi ultravioletti	
Variazioni di pH	Conservazione sotto aceto	
	Acidificazione biologica	
Agenti chimici	Affumicatura	
	Conservazione sotto alcool	
	Aggiunta di additivi	

La conservazione degli alimenti

Tra gli elementi più importanti capaci di modificare la consistenza e il sapore di un prodotto ci sono:

- Batteri
- Funghi
- Enzimi
- Ossigeno




La scelta dei metodi di conservazione deve tener conto di:

- Efficacia del processo
- Caratteristiche organoelettriche del prodotto da conservare
- Costo del processo
- Caratteristiche dei luoghi dove viene distribuito il prodotto



Come conservare i cibi in casa:

1. Il frigorifero

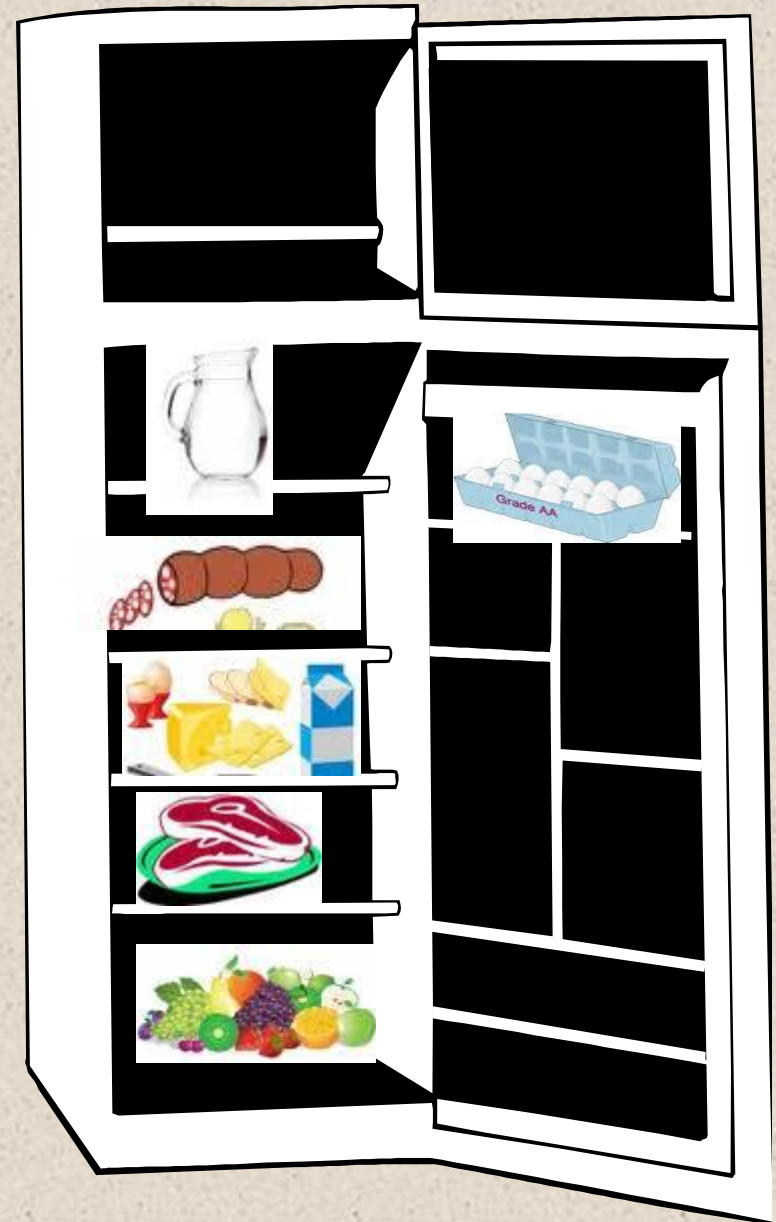


Salumi affettati: avvolti nella pellicola o nella stagnola per evitare contatto con l'aria che li annerisce

Latticini e uova: avvolti nella loro carta o lasciati nel contenitore

Carne: carni crude separate da quelle cotte per evitare contaminazioni

Frutta e verdura: per rallentare il processo di marcescenza



Come conservare i cibi in casa:

2. Il congelatore

Congelamento= mantiene inalterati i cibi anche per tempi piuttosto lunghi.

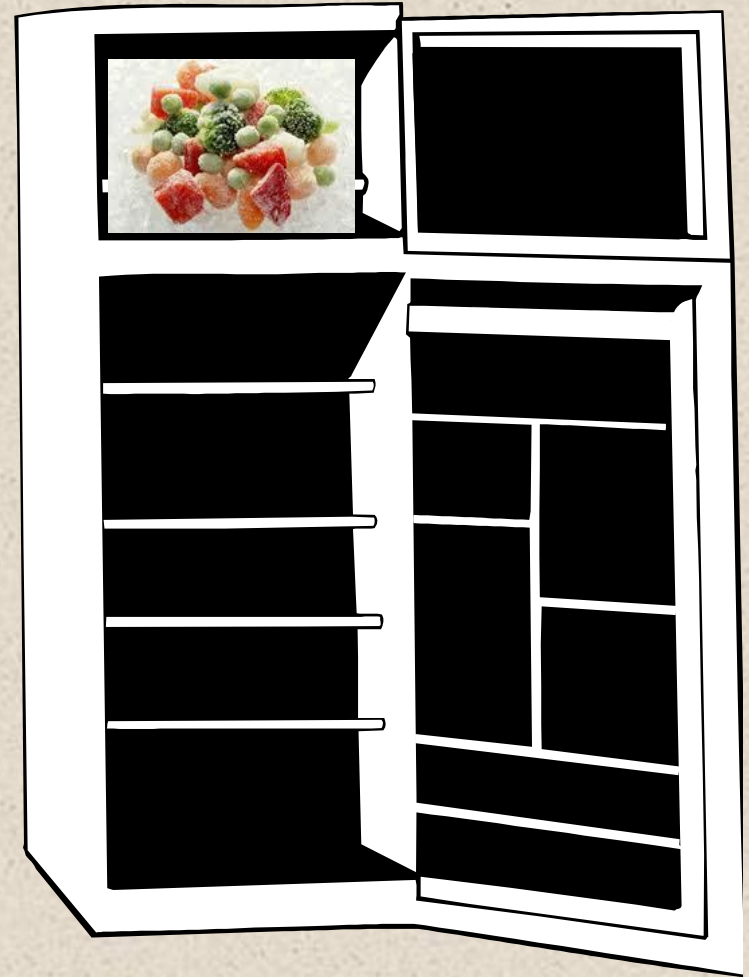


Congelamento a casa è lento e fa formare grossi cristalli d'acqua che lisano le cellule e danneggiano le caratteristiche qualitative degli alimenti.



- Congelare piccole quantità per volta
- Prima raffreddare a temperatura ambiente o nel frigorifero il prodotto
- Mantenere il freezer pulito

Non ricongelare i cibi scongelati.



Come conservare i cibi in casa:

3. La dispensa

-**Alimenti secchi:** si conservano perché hanno un basso contenuto di acqua e quindi l'attività dei microrganismi è rallentata

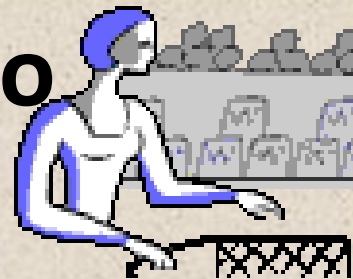
-**Alimenti in bottiglia:** una volta aperti vanno messi in frigorifero

-**Olio:** gli antiossidanti presenti naturalmente prevengono l'irrancidimento

-**Alimenti inscatolati:** si possono conservare a lungo ma una volta aperti se non conservati tutti vanno trasferiti in un altro contenitore richiudibile e conservati in frigorifero



Le regole d'oro per sprecare di meno



1
Fate sempre una lista dettagliata della spesa, rivedetela e togliete eventuali prodotti che non siete sicuri di consumare in tempi brevi. Ricordate che la casa non è sempre il posto più idoneo dove conservare i cibi.



3
Controllate con attenzione la confezione del prodotto e la sua integrità, soprattutto per i prodotti da frigorifero.

I prodotti freschi sono quelli più a rischio di scadenza perché la loro durata è limitata nel tempo. Fate molta attenzione ai tempi di scadenza e ai quantitativi di questi prodotti.

4

2



Acquistate i prodotti in confezioni commisurate alle vostre esigenze. Non sempre i formati famiglia o le confezioni risparmio si rivelano tali sia in termini economici sia di spreco alimentare.

Fate attenzione ai prodotti in offerta e alla loro scadenza. Spesso questi non sono nella vostra lista e neppure nei vostri piani settimanali. Ricordatevi che spesso questi prodotti hanno scadenze brevi.

5

Se sono disponibili più marche dello stesso prodotto, controllate non solo quantità e prezzo ma anche data di scadenza e procedure di conservazione.

6

Non sempre le marche più conosciute e pubblicizzate sono sinonimo di convenienza, durata e qualità. Leggete le etichette dei prodotti e confrontatele tra loro.

7



Nel frigorifero disponete i prodotti acquistati più recentemente dietro quelli con la data di scadenza più imminente. In questo modo non potrete dimenticarvi di questi alimenti e, consumandoli prima, eviterete di doverli buttare.

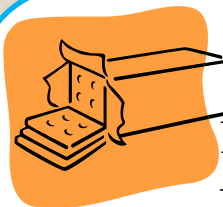


9

8



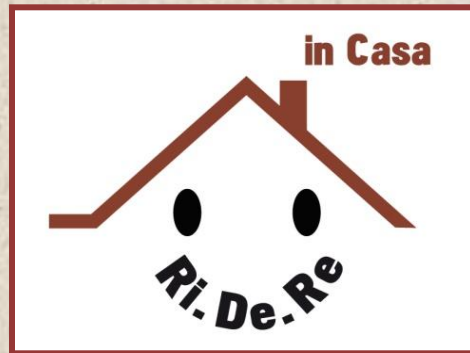
Quando fate la spesa, lasciate come ultimi acquisti i prodotti surgelati o quelli freschi che si trovano al banco frigo. In questo modo la catena del freddo non verrà interrotta e la qualità dell'alimento sarà mantenuta.



Non lasciate i cibi iniziati nelle confezioni aperte, ma assicuratevi che siano riposti in contenitori o sacchetti sigillati o comunque protetti dal contatto diretto con l'aria.

10

GRAZIE



DELL'ATTENZIONE