

**Sprechi** Troppi prodotti buttati via: si può evitarlo?

# Quanto si rischia non rispettando le scadenze dei cibi

**O**gni anno finiscono nei cassonetti quasi 18 milioni di tonnellate di alimenti. Si calcola anche che 75 mila tonnellate di cibo siano ritirate dalla catena distributiva prima della scadenza. Le cifre, contenute nel Libro nero dello spreco alimentare in Italia - rapporto curato da Last minute market, società spin-off dell'Università di Bologna - sono state snocciolate più volte negli ultimi mesi, anche perché il Parlamento europeo ha deciso di dedicare il 2011 alla lotta contro questo fenomeno e da più parti si è sottolineata la necessità di cambiare rotta.

Le settimane che seguono le festività di fine anno sono un ottimo "banco di prova": da una parte, molti si ritrovano con un surplus di acquisti gastronomici non consumati; dall'altra molti prodotti - dai tipici dolci natalizi a cotechini, frutta secca, lenticchie, spu-

manti - sono proposti in "saldo", con la possibilità per i consumatori di risparmiare (dato Coldiretti) fino ad un 30% rispetto ai soliti prezzi.

Allora, che cosa fare: seguire gli appelli anti-spreco, mangiando anche alimenti scaduti? Fare incetta di cibi in offerta anche a rischio di riuscire a consumarli solo dopo il termine indicato in etichetta? Oppure seguire la regola numero uno della sicurezza alimentare: controllare le etichette e rispettare rigo-

rosamente le scadenze? «Se i cibi hanno una scadenza c'è un motivo — premette Laura Toti, microbiologia del Dipartimento di sicurezza alimentare dell'Istituto superiore di sanità —. I prodotti tipici del Natale però hanno scadenze che vanno ben oltre il periodo delle feste: qualche mese per panettone e pandoro, due anni per i cotechini precotti e anche tre per le lenticchie secche. Possono quindi essere consumati tranquillamente nei mesi che seguono le

festività». «Per tutti i prodotti alimentari, natalizi o no, va tuttavia tenuto presente che dopo la data indicata sulle confezioni si verificano alterazioni chimiche e microbiologiche che modificano le caratteristiche nutrizionali e organolettiche. E che queste modificazioni a volte sono pericolose per la salute. Chi mangia alimenti scaduti, inoltre, lo fa a suo rischio e pericolo: se subisce danni non può avanzare rivendicazioni di nessun tipo, perché la legge non lo tutela — precisa Laura Toti —. Detto questo, un po' di margine può esserci, ma non

per tutti gli alimenti e, soprattutto, soltanto se i cibi sono conservati in condizioni ottimali».

Una distinzione importante è quella fra i prodotti che riportano una scadenza perentoria ("da consumarsi entro ...") e quelli su cui è scritto "da consumarsi preferibilmente entro ...". «Mentre questi ultimi possono essere consumati anche

per qualche tempo oltre la scadenza senza danni per la salute, i primi si deteriorano molto più rapidamente, con una perdita netta delle loro qualità, con possibili conseguenze per la salute — spiega la microbiologa —. Per esempio, lo yogurt può essere mangiato anche il giorno dopo la scadenza, ma la

quantità di fermenti sarà inferiore a quella indicata e i benefici saranno minori».

In generale, la normativa prevede che sui prodotti che si conservano meno di tre mesi (come yogurt e mozzarelle) siano specificati giorno e mese di scadenza; per quelli che durano fino a 18 mesi (per es. maionese, pasta all'uovo, merendine) siano indicati mese e anno, mentre sugli alimenti che possono superare i 18 mesi (pasta, succhi di frutta, conserve...) va indicato solo l'anno. Questi ultimi tollerano meglio l'invecchiamento e quindi possono essere consumati per tempi più lunghi dopo la scadenza.

**Margherita Fronte**

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Più rigore

**Il 2011 è l'anno europeo contro la spesa superflua in generi alimentari**

**I tempi massimi per consumi senza timore**



*\*solo per il latte la scadenza è prevista per legge;  
 per tutti gli altri prodotti la data di scadenza  
 o il tempo medio di conservazione è indicato  
 dal produttore*

*\*\*per non restare intossicati*

*\*\*\*(a base di cola, aranciata...)*












Alimento	Tempo di scadenza	Quali rischi si corrono dopo 10 giorni	Quanto tempo si può conservare?
 <b>Latte*</b>	5 giorni (per legge)	È imbevibile: alterazioni di tipo microbiologico portano a un rapido deperimento del prodotto	Non oltre la scadenza indicata
 <b>Yogurt</b>	Scadenza massima entro un mese	Il numero di lattobacilli e probiotici diminuisce. Le caratteristiche nutrizionali decadono	2-3 giorni dopo la scadenza indicata, tenendo presente che i fermenti cominciano a ridursi
 <b>Prosciutto (cotto e crudo) affettato confezionato</b>	Per il cotto è di circa 20 giorni; per il crudo può arrivare a 4 mesi	Alterazioni biochimiche e microbiologiche rendono il prodotto immangiabile (i 10 giorni si intendono dall'apertura della confezione)	1-2 giorni dopo l'apertura della confezione
 <b>Pasta</b>	2 anni	Essendo la scadenza così lunga pochi giorni in più non sono rilevanti	1-2 mesi oltre la scadenza, se il prodotto è conservato in modo corretto
 <b>Bibite***</b>	18-36 mesi	Come sopra	Qualche mese
 <b>Biscotti secchi</b>	1 anno	Come sopra	Possono essere conservati più a lungo, ma perdono fragranza
 <b>Tonno in scatola</b>	5 anni	Come sopra	Qualche mese
 <b>Uova</b>	28 giorni dopo la data di deposizione, che è indicata	Poiché il guscio è permeabile, possono essere contaminate da microrganismi. L'avidina, un loro antibatterico naturale, perde progressivamente efficacia	È bene non oltrepassare la data di scadenza sia per deterioramento dei caratteri organolettici sia per possibili problemi microbiologici
 <b>Pesce surgelato</b>	12 mesi	Nulla, se resta surgelato	Se surgelato all'origine e solo se conservato correttamente, si dovrebbe poterlo consumare anche oltre la scadenza
 <b>Lenticchie secche</b>	3 anni	Essendo la scadenza così lunga pochi giorni in più non sono rilevanti	Qualche mese se conservate idoneamente
 <b>Panettone</b>	Circa 4 mesi	Perde fragranza e freschezza	Circa un mese

Immagine: Corbis

D'ARCO

