

“Una pasta più al riparo dal rischio furosina”

La professoressa Marilia Tantillo per anni ha studiato la formazione del contaminante di processo: “L’essiccazione a basse temperature richiesta dalle preparazioni all’uovo riduce lo sviluppo di questa sgradita sostanza”

“Q uesto tipo di pasta viene essiccata a bassa temperatura altrimenti, con l’uovo presente nell’impasto, si otterrebbe un colore scuro, simile a quello dei biscotti”. La professoressa Giuseppina Marilia Tantillo, già ordinaria di Ispezione degli alimenti presso l’Università di Bari, per anni ha approfondito la problematica della presenza nella pasta secca di furosina, un composto che si forma per effetto della reazione di Maillard, in particolare quando la pasta viene essiccata a temperature elevate, oltre i 70-80°C. Ad oggi la normativa di settore non indica il limite di furosina nella pasta secca, nonostante i dubbi sulla sua tossicità per la salute umana. Studi in vitro e sugli animali hanno dimostrato la tossicità di questa sostanza su fegato e reni. Il mondo della ricerca e della produzione resta molto scettico sulla formazione di questo composto, sul profilo tossicologico e da tempo ha alzato steccati alla richiesta di fissare un limite di legge alla concentrazione nella pasta. Tuttavia vari studi, compreso il test condotto dal *Salvagente* nel gennaio 2013, segnalano criticità.

“Non ho condotto analisi sulla presenza di furosina in questi alimenti. Tuttavia tenderei a escludere una elevata formazione visto che la pasta all’uovo richiede una essiccazione a bassa temperatura”.

Tagliatelle e fettuccine, dunque, sono al di sopra di ogni sospetto da questo punto di vista? “Direi sì! se volessimo essere ancora più sicuri di una bassa presenza di furosina nella pasta, dovremmo scegliere pasta all’uovo fresca o semplicemente pasta fresca che, ovviamente non

subisce trattamenti termici di essiccazione”. Perché i tempi di cottura della pasta all’uovo sono più brevi di quella tradizionale? “Fermo restando che per legge la percentuale di umidità ammessa tanto per la pasta secca che per quella secca all’uovo è la stessa - risponde la professoressa Tantillo - la pasta all’uovo ha solitamente uno spessore inferiore, la lavorazione è completamente differente e non necessita di essiccazione ad alte temperature”.

Esiste infine una problematica che, secondo la nostra esperta, andrebbe indagata a fondo: “Quanti residui di cantaxantina, un additivo ammesso nell’alimentazione delle galline ovaiole, possono ritrovarsi nella pasta all’uovo, in considerazione dell’importante numero di uova previsto dalla normativa?” La domanda è più che fondata considerato che questo colorante giallo-arancio non è autorizzato come additivo alimentare nei prodotti destinati al consumo umano, ma potenzialmente potremmo assumerlo ancora tramite la carne di pollo e le uova, “Studi sulla presenza quali-quantitativa di residui di cantaxantina nella pasta all’uovo fresca e secca non sono stati condotti - conclude la professoressa Tantillo - anche se una recente normativa ha indicato il livello massimo di residuo che può essere presente nelle uova (circa 0,4 mg/uovo); tuttavia un controllo sulla filiera della produzione di pasta all’uovo potrebbe dare maggiori informazioni sulla qualità del prodotto in vendita. Non dimentichiamo che una persona di 60 kg non dovrebbe assumere più di 1,8 mg di cantaxantina al giorno, come è precisato in uno ‘Scientific Opinion’ (2010) di Efsa”.

Quanti residui di coloranti restano nelle tagliatelle, visto che sono autorizzati nei mangimi?

I SEGRETI DELLA PASTA ALL'UOVO

Con l'aiuto di Dario Vista, nutrizionista e tecnologo alimentare, cerchiamo di rispondere alle domande più comuni e alle curiosità più ricorrenti che sorgono intorno a questo tipo di pasta



Perché i tempi di cottura sono più brevi rispetto alla pasta di semola secca? Una pasta all'uovo cuoce in un tempo di 5-7 minuti rispetto ai 10-12 minuti della tradizionale. La ragione principale risiede nel fatto che c'è meno frumento per la presenza dell'uovo che per legge deve essere almeno del 20%. In seconda battuta la trafilatura è molto sottile e lo spessore ridotto contribuisce ad abbattere i tempi di cottura

La pasta all'uovo è più o meno digeribile? Fermo restando che la pasta di per sé è un alimento digeribile e la "pesantezza" viene causata dal tipo di condimento, il grano duro è più digeribile del tenero perché ha meno glutine. A suo modo anche l'uovo è un alimento facilmente assimilabile dal nostro corpo. Dunque a grandi linee possiamo dire che la pasta secca all'uovo è meno fermentante a livello di intestino rispetto a quella secca e fresca di grano tenero



La porzione consigliata da portare in tavola è la stessa? Sì intorno agli 80 grammi. Questo tipo di pasta va detto che ha meno carboidrati e più calorie per via dell'uovo. Discorso diverso invece per quella fresca: la presenza di acqua impone una porzione maggiore. In linea di massima 130 grammi di pasta fresca cruda corrispondono a 100 grammi di pasta secca



Perché non è diffusa la pasta all'uovo integrale? Rispetto alla secca, in effetti sono scarsissimi i marchi che propongono anche l'integrale all'uovo. La pasta integrale nasce come linea dietetica e quella all'uovo ha comunque più calorie. In seconda battuta c'è una motivazione di marketing: il consumatore apprezza il colore giallo che ricorda l'uovo, se si aggiunge fibra l'effetto cromatico scompare



Perché per quella fatta in casa si usa la farina di grano tenero? La farina di grano tenero rispetto alla semola è più elastica e più facile da lavorare e manipolare. Non avendo poi a disposizione una trafila ad hoc che possa modellare l'impasto di grano duro, la scelta è quasi obbligata. Tuttavia la pasta fresca all'uovo, anche quella industriale, utilizza sempre grano tenero

La pasta all'uovo fresca si congela? L'uovo di per sé può essere congelato. Quando però è utilizzato in preparazioni alimentari, come lo è la pasta fatta in casa, è buona pratica igienica non congelare il prodotto finito



200mila tonnellate
la produzione di pasta all'uovo in Italia

1,6 kg
il consumo pro capite
di pasta secca all'uovo

110mila
sono le uova impiegate
per la produzione annua
di fresca e secca all'uovo

Una lunga scelta in pochi millimetri

Nella scelta del tipo di pasta all'uovo le dimensioni contano. Non solo la lunghezza - visto che i formati corti non sono molto diffusi nella nostra cucina - ma soprattutto la larghezza della tipologia. In un pugno di millimetri infatti si apre un grande ventaglio di opportunità diverse per i differenti abbinamenti. Ecco quali

Tagliolini

È il formato più piccolo, ovvero il più stretto: la sua larghezza si ferma ad appena 1-2 millimetri. In Romagna i tagliolini all'uovo vengono serviti con il brodo di carne, in altre zone si accompagnano con sughi corposi mentre nella Capitale si sposano spesso con la cacio e pepe

Fettuccine

Meno larga di una tagliatella, la fettuccina ha una misura compresa tra i 3 e 5 millimetri, ed è tipica del Centro Italia. Come la tagliatella e la pappardella si presta a essere gustata "asciutta" ovvero non in brodo bensì con condimenti a base di ragù e funghi

DS3041

DS3041

Tagliatelle

Al vertice della pasta lunga all'uovo, la tagliatella prende il nome da "tagliare" visto che si ottiene tagliando la pasta sfoglia a strisce dopo averla arrotolata. Ha una larghezza compresa tra i 5 e i 10 millimetri anche se la misura ottimale si fermerebbe a 8 mm che, secondo la tradizione, corrisponde a una porzione infinitesimale della Torre degli Asinelli a Bologna, capitale della tagliatella. È una pasta che si esalta con molti condimenti: ragù di carne in primis ma anche con carciofi, funghi, tartufi e sapori di mare



Pappardelle

È il formato più largo tra la pasta lunga all'uovo, raggiunge i 2-3 centimetri e si accompagna molto bene con sughi di cacciagione - lepre e cinghiale in particolare - e funghi. Il termine deriva dal dialetto toscano "pappare" ossia mangiare ed è tipica della Maremma



Lasagne

I fogli preconfezionati all'uovo per preparare la lasagna sono molto diffusi, tanto nella versione "secca" che fresca. Il loro impiego in cucina è a senso unico, visto che servono per comporre gli strati della lasagna. Tuttavia se spezzate - una sorta di maltagliati - possono essere molto indicate per le minestre



Garganelli

La pasta all'uovo non è solo lunga. Esistono i formati corti, seppur meno usati in cucina rispetto a tagliatelle & Co. Tra questi abbiamo i garganelli: sottili riccioli di sfoglia porosi che vengono arrotolati attorno a un bastoncino. I garganelli si legano bene a sughi delicati, a base di verdure o pesce

