**GIORNATA EUROPEA DEL CONSUMATORE**

**ARRIVA IL VADEMECUM PER GLI AMANTI DEL POLLO**

**DA UNAITALIA LE 5 REGOLE D’ORO PER RICONOSCERE UN POLLO 100% MADE IN ITALY E CONSUMARLO IN TUTTA SICUREZZA**

*Tutti i consigli su come scegliere consapevolmente, conservare e preparare la carne di pollo e tacchino.*

*Un breve vademecum per tutti gli amanti del pollo messo a punto da Unaitalia e da Giorgio Donegani, nutrizionista e tecnologo alimentare, online anche su* [*www.vivailpollo.it*](http://www.vivailpollo.it)*, spazio dedicato agli amanti delle carni bianche.*

ROMA – 26/03/2019 - Pollo e tacchino sono le carni preferite dal 54% degli italiani, che le scelgono come principale fonte di proteine nella propria dieta (dati Ipsos 2018). Ma come si riconosce un pollo alimentato, allevato e lavorato in Italia? A quanti gradi deve essere cotto per eliminare eventuali batteri? E quali sono le regole di igiene da rispettare? In occasione della **Giornata Europea del Consumatore**, Unaitalia (Unione Nazionale Filiere Agroalimentari Carni e Uova) e Giorgio Donegani, tecnologo alimentare consigliere della Fondazione Italiana per l’Educazione Alimentare, lanciano il **vademecum per gli amanti del pollo**: **cinque regole d’oro per riconoscere un pollo 100% Made in Italy**. Il pollo, grazie a una filiera d’eccellenza totalmente italiana in tutte le sue fasi di produzione (allevamento, trasformazione e logistica), è un alimento in grado di arrivare **in 24 ore in tavola sempre fresco**, ma anche il consumatore deve fare la sua parte per consumarlo in sicurezza.“*Le attuali condizioni di allevamento e distribuzione ci garantiscono un prodotto fresco e sicuro* – spiega Giorgio Donegani *– sta a noi però imparare a leggere bene le etichette per fare la scelta giusta e saper mantenere le importanti caratteristiche del pollo, conservandolo e cuocendolo nel modo giusto*”.

Ecco le 5 regole d’oro: **#1** saper leggere l’etichetta per conoscere l’origine (importante per 9 italiani su 10 secondo le ultime indagini Ismea), ma anche il tipo di allevamento e trasformazione; **#2** fare attenzione alla pelle e alla carne del pollo, che deve apparire sempre rosa, lucida e umida; **#3** scegliere borsa termica e ripiano basso del frigo; **#4** non lavare mai il pollo ma le mani; **#5** cuocere il pollo a 75° (armarsi di termometro!) per gustarlo appieno e in sicurezza. Un punto importante quest’ultimo, secondo Donegani: “*La cottura è fondamentale per eliminare eventuali batteri presenti nella carne cruda*”.

Vediamo adesso nel dettaglio le cinque regole per non sbagliare, al supermercato e a casa.

**#1 DIMMI CHE ETICHETTA SCEGLI E TI DIRÒ CHE POLLO MANGI: L’IMPORTANZA DI SAPER LEGGERE L’ETICHETTA**

La scelta consapevole parte dall’etichetta: una vera e propria **carta di identità** che garantisce la sicurezza del consumatore dall’allevamento al piatto e aiuta a conoscere ingredienti, quantità e scadenza ma anche tracciabilità e origine del prodotto. In etichetta infatti si trova il **nome del produttore**, il **lotto di produzione** (il **codice** che ne consente la tracciabilità) e il **Paese di origine. Un’informazione, quest’ultima, importante per 9 italiani su 10 secondo un’indagine Ismea** e obbligatoria in Ue dal 2015 (anche se gli avicoltori lo indicano volontariamente già dal 2005). Grazie all’etichetta possiamo anche sapere **dove l’animale è nato**, **è stato allevato** e **trasformato** e la **tipologia di allevamento** (ad esempio allevato all’aperto o senza l’uso di antibiotici) e **di alimentazione**. E per panati & co? Grazie all’etichetta capiamo quali allergeni si trovano nei semilavorati (è obbligatorio per legge), il tipo di oli e grassi vegetali impiegati e l’eventuale percentuale di acqua aggiunta. In alcuni casi infine è possibile (ma non è obbligatorio) trovare l’indicazione della sede dello stabilimento di produzione, le modalità di conservazione e utilizzazione.

**#2 OCCHIO E NASO FANNO LA LORO PARTE: FARE ATTENZIONE AI COLORI E AGLI ODORI**

“Il *colore può variare in base all’alimentazione del pollo* - spiega Donegani – *ma ci sono diversi indici di cui tener conto:* *la pelle deve apparire sempre umida e non ispessita e la carne deve essere morbida, rosata, lucida”.* Un altro aiuta arriva dall’odore*: “deve essere molto* *leggero e non sgradevol*e”. Da ricordare inoltre di fare attenzione alle confezioni: se l’involucro è rigonfio potrebbe essere stato esposto a temperature superiori a quelle corrette.

**#3 IL FREDDO È NOSTRO AMICO: UNA BORSA TERMICA AL SUPERMERCATO E POLLO NEL RIPIANO BASSO DEL FRIGO**

Borsa frigo? Mai più senza. “*Ricordiamoci sempre che il freddo è un nostro importante alleato -* spiega Donegani – *per evitare che il pollo si surriscaldi.* ***È sempre meglio attrezzarsi con una borsa termica per il trasporto***, *specie se passa troppo tempo tra l’acquisto della carne e il rientro a casa in estate. Fondamentale è evitare di lasciare il pollo a temperatura ambiente, conservandolo ben protetto in frigorifero. È importante poi disporre gli alimenti al posto giusto: la carne, come tutti gli alimenti crudi e deperibili, va in basso nel frigorifero e riposta in un contenitore. Lo* ***scatolame****, quando aperto,* ***e le bibite vanno in alto, la verdura nei cassetti. È importante anche separare i cibi crudi da quelli cotti*** *ed evitare di riempire il frigo: non circolando l’aria, i cibi non si raffreddano a sufficienza.”* Il freddo è anche un alleato dello scongelamento lento: “*è consentito solo se la carne viene messa a scongelare nel frigorifero –* continua Donegani *- le basse temperature consentono di preservare le qualità organolettiche della carne”.*

**#4 IL POLLO NON VA MAI LAVATO, MA LE MANI SI**

*“Un italiano su quattro –* dice Donegani *- è convinto che lavare il pollo crudo sotto l’acqua aiuti a eliminare eventuali batteri. Niente di più falso: il lavaggio non solo non elimina i batteri ma contribuisce anche a diffondere sui piani della cucina eventuali batteri presenti*. La cosa corretta da fare è invece ***lavarsi bene le mani con il sapone per almeno 20 secondi******prima e dopo aver maneggiato il cibo e non*** appoggiare mai la carne cotta nello stesso piatto che conteneva la carne cruda per evitare contaminazioni”. Sempre a questo fine il consiglio è di **usare un tagliere e posate diverse e di lavare gli utensili e le superfici che sono state a contatto con la carne cruda con acqua e detersivo**.

**#5** **MAI UN POLLO “AL SANGUE” IN TAVOLA MA SEMPRE BEN COTTO: UNA BUONA COTTURA UCCIDE EVENTUALI BATTERI**

“*A differenza di altre carni, il pollo* ***va sempre ben cotto*** – spiega Donegani - *Una procedura che permette di uccidere eventuali batteri presenti nella carne. Il 40% dei consumatori cuoce la carne in modo insufficiente e solo il 29% sa che la corretta temperatura da raggiungere al centro del pollo è di 75°C. È quindi importante controllare la temperatura al cuore della carne con un termometro o tastando la carne con le dita assicurandosi che sia rovente”.* Un altro accorgimento? *“L’ideale è consumare la carne* ***entro 15/20 minuti*** *dalla preparazione* – spiega Donegani - *Le temperature tra i 10 e i 50° gradi sono le più favorevoli alla crescita microbica, è quindi necessario che la carne non si freddi”.* E se si vuole cuocere in anticipo e portarla in ufficio? “*Bisogna cercare di raffreddare la carne il più rapidamente possibile dopo la cottura, per esempio immergendo in acqua fredda la pentola”.*

**Ufficio stampa UNAITALIA**

**INC- Istituto Nazionale per la Comunicazione**

**Valentina Lorenzoni** 06 44160886 - 331 6449313[**v.lorenzoni@inc-comunicazione.it**](mailto:v.lorenzoni@inc-comunicazione.it)

**Ilaria Koeppen** 06 44160838 – 3420773826 [**i.koeppen@inc-comunicazione.it**](mailto:i.koeppen@inc-comunicazione.it)