

## COMUNICATO STAMPA

### **5 febbraio Giornata Nazionale di Prevenzione dello Spreco Alimentare**

#### **Filiera della carne tra le più virtuose, vale solo il 3% dello spreco domestico**

- **Le regole d'oro per conservare al meglio la carne**
- **Crespelle al forno con ripieno d'arrosto: la ricetta anti-spreco con carne e formaggi da riutilizzare**

**Roma, 5 febbraio 2024** – Da cibo a rifiuto, senza passare per la tavola. In Italia si spreca ancora troppo: ogni settimana, infatti, circa 370 grammi di cibo a famiglia sono destinati a non essere consumati<sup>1</sup>. Cifra da capogiro se si pensa che le famiglie del Bel Paese sono oltre 25,6 milioni.

**Frutta fresca, insalate e pane fresco** gli alimenti protagonisti del podio dello spreco, a cui seguono **verdure e tuberi**<sup>2</sup>. Italiani più responsabili, dunque, quando si tratta di carne e pesce.

**La filiera della carne, infatti, risulta essere tra le più virtuose**: sommando gli avanzi del cibo portato in tavola e gli alimenti buttati perché scaduti o andati a male, **gli sprechi complessivi di carne e pesce arrivano appena al 5% in peso dello spreco medio di una famiglia**. I risultati sono stati confermati da una recente pubblicazione dell'Osservatorio sugli sprechi alimentari del CREA in cui si riporta **uno spreco domestico della sola carne stimato in appena 11 grammi a settimana per famiglia (3% dello spreco medio)**. A questo riconoscimento di prestigio contribuiscono metodi di conservazione e accorgimenti grazie ai quali è possibile contrastare il deterioramento del prodotto, garantendo la genuinità dei suoi nutrienti e la sicurezza alimentare.

È in occasione della **Giornata Nazionale di Prevenzione dello Spreco Alimentare** che **Carni Sostenibili** illustra i metodi per conservare più a lungo tutti i tipi di carne.

#### **Il Vero&Falso per conservare la carne**

È per preservare i preziosi nutrienti di carni e salumi e dire **Stop! allo spreco** che Carni Sostenibili lancia le regole d'oro per una corretta conservazione: un **Vero&Falso** per sfatare dubbi e falsi miti sulla conservazione di questo prezioso prodotto parte di un'alimentazione bilanciata e corretta.

- 1. Appena acquistata, la carne fresca, non confezionata, va asciugata con carta assorbente prima di riporla in frigo.**

**Vero.** Questo si rivela importante per eliminare il liquido esterno ricco di sangue, complice della crescita batterica. Inoltre, si suggerisce di lasciarla in pezzi grossi, tagliandola o macinandola solo al momento del consumo, così da evitare che si deteriori più facilmente. Da ricordare di riporla in un contenitore chiuso e nel ripiano più freddo.

---

<sup>1</sup> MIPAAF-CREA, 2019. L'osservatorio sulle eccedenze, sui recuperi e sugli sprechi alimentari. Ricognizione delle misure in Italia e proposte di sviluppo. Rapporto della prima annualità. ISBN 978-88-3385-006-1

<sup>2</sup> "Il caso Italia 2023" Waste Watcher International Observatory on Food and Sustainability

**2. Per conservare la carne fresca in frigo è bene utilizzare carta stagnola o pellicola.**

**Falso.** Opportuno utilizzare contenitori di vetro o plastica, al riparo dall'aria. Per prolungare la durata di conservazione della carne fresca, riducendo il contatto con l'ossigeno, particolarmente utili si rivelano anche i sacchetti alimentari sottovuoto.

**3. Una volta in frigo, è possibile consumare la carne fresca anche dopo tre giorni.**

**Vero e falso.** La risposta è affermativa nel caso della carne rossa e di maiale, mentre se si tratta di pollo e tacchino la loro conservazione non deve mai superare le 48 ore. Da sottolineare, infine, come carne macinata o già lavorata non debbano superare le 24 ore; in caso di carne confezionata fa sempre fede la scadenza riportata dal produttore sull confezione.

**4. Carne fresca e carne cotta, una volta in freezer, possono essere consumate fino a sei mesi dopo.**

**Falso.** La carne cotta congelata va necessariamente consumata entro e non oltre 1-2 mesi, mentre per la carne fresca congelata (-18°C ) i tempi di conservazione domestica in congelatore dipendono dalla tipologia<sup>3</sup>:

- carni suine 4 mesi;
- carni ovine 2-3- mesi;
- carne di manzo pezzo intero 9 mesi;
- carne di manzo a fettine:4-6 mesi;
- salsiccia 1-2 mesi;
- pollo e tacchino interi 12 mesi;
- pollo e tacchino a pezzi 9 mesi.

**5. La carne va scongelata a temperatura ambiente.**

**Falso.** Per scongelare la carne in modo sicuro ed evitare la perdita di qualità è importante seguire alcune regole:

- scongelare la carne nella parte bassa del frigorifero, ponendola su un piatto o un recipiente;
- scongelare la carne il giorno prima del consumo se si tratta di pezzi grossi oppure la mattina stessa se si tratta di pezzi piccoli; nel caso di hamburger surgelati è possibile cuocerli in padella senza scongelarli.
- non ricongelare la carne scongelata, a meno che non sia stata cotta.

**6. I salumi possono essere congelati.**

**Falso.** I salumi interi non possono essere congelati in quanto potrebbero perdere le loro proprietà organolettiche. Questa procedura, praticata erroneamente da molte persone, non fa altro che aumentare il livello di ossidazione nell'alimento, portandolo al deperimento.

**7. I salumi stagionati vanno necessariamente in frigo.**

**Falso.** Possono essere appesi in cantina o comunque in un luogo fresco, asciutto e ben arieggiato. Si conservano in questo modo anche dopo il taglio, ma una volta tolta la prima fetta il prodotto deve essere protetto ricoprendo la superficie.

---

<sup>3</sup> Ministero della Salute:

<https://www.salute.gov.it/portale/rischioAlimentare/dettaglioFaqRischioAlimentare.jsp?lingua=italiano&id=287>

## La ricetta anti-spreco di Chef Ferrarini

E per celebrare la giornata contro lo spreco alimentare non poteva mancare la ricetta anti-spreco firmata dallo **Chef Sergio Ferrarini**, esperto addetto alla formazione professionale dei cuochi.

### **Crespella al forno con ripieno d'arrosto**

*“L'arrosto è la portata regina delle domeniche in famiglia, ma è difficile che una famiglia lo consumi in una sola volta”* racconta lo chef. Che fare quindi con la carne avanzata? Le crespelle sono una soluzione gourmet facile e gustosa per nobilitare la pietanza rimasta.

### **Crespelle al forno con ripieno d'arrosto**

Ricetta per 4 persone.

#### **Crespelle senza burro**

250 grammi di latte  
2 uova  
60 grammi di farina  
un pizzico di sale  
un pizzico di zucchero

#### **Besciamella**

60 grammi di burro  
100 grammi di farina  
1 litro di latte  
Formaggi da riutilizzare

#### **Farcia**

500 grammi di arrosto di vitello  
300 grammi di ricotta  
50 grammi di parmigiano (o altro formaggio presente in frigo)  
1 uovo  
Prezzemolo q.b.  
Sale q.b.  
Pepe q.b.

Per **fare le crespelle** basterà amalgamare uova, latte e farina, il pizzico di sale e quello di zucchero fino ad ottenere un composto liquido e versarne un mestolino in un padellino caldo. La crespella sarà pronta quando sarà facile staccarla dal padellino. Con le dosi indicate si otterranno 8 crespelle.

**Per la farcia:** tagliare la carne dell'arrosto al coltello, mischiarla con la ricotta e il parmigiano, l'uovo e il prezzemolo, sale e pepe quanto basta. Il ripieno così ottenuto andrà fatto riposare 30 minuti in frigorifero. Intanto **via alla preparazione della besciamella:** far imbiondire la farina sul fuoco sciogliendola nel burro fuso e aggiungere al composto il latte ed eventuali pezzetti di formaggi presenti in frigo. Tenere sul fuoco finché la consistenza non sarà quella desiderata. A questo punto si può impiattare: **mettere la farcia nella crespella, chiudere a cannellone o a fazzoletto, ricoprire con la besciamella** e mettere in forno per 20-25 minuti a 170 gradi. Ora non resta che gustare.

**Carni Sostenibili** ([www.carnisostenibili.it](http://www.carnisostenibili.it)) è un'associazione italiana senza scopo di lucro che rappresenta tutte le filiere della lavorazione e trasformazione delle carni (bovine, suine e avicole), con l'obiettivo di promuovere la produzione sostenibile e il consumo consapevole di carni e salumi. Fondata nel 2012 l'associazione ha realizzato una piattaforma di comunicazione digitale, supportata dalla pubblicazione di studi e ricerche, per promuovere una corretta informazione scientifica e la sua diffusione, in merito alla sostenibilità ambientale, economica e sociale dell'intera filiera della carne.