

## Il riso italiano, un punto tra cultura alimentare, sostenibilità e turismo del territorio

Di Redazione ASA - 6 Ottobre 2025

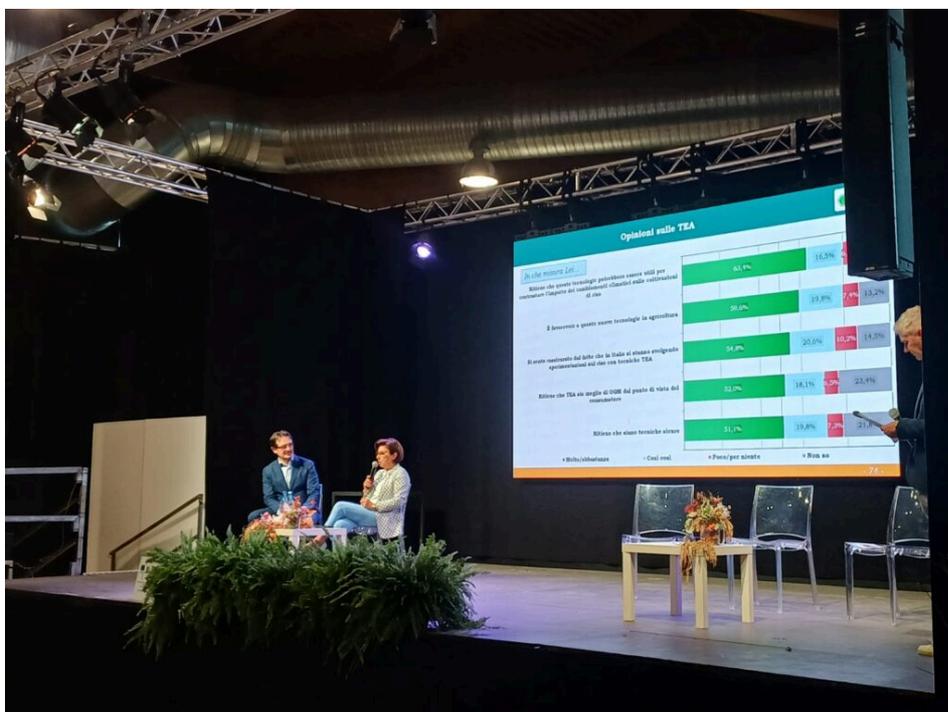


Il riso, alimento simbolo della tradizione gastronomica italiana, è oggi al centro di un rinnovato interesse che va ben oltre la tavola, all'interno di un settore in piena crescita: **più consumi e più attenzione agli aspetti nutrizionali**.

Secondo i risultati dell'**Osservatorio Nazionale sui Consumi di Riso in Italia**, voluto da **Ente Fiera di Isola della Scala** e dal **Consorzio di Tutela della I.G.P. Riso Nano Vialone Veronese**, e supportato, fin dalla prima edizione, da **Ente Nazionale Risi**, con ricerca a cura di **AstraRicerche**, il riso sta vivendo un momento di rinnovata popolarità nella dieta degli italiani. Nel 2025, la frequenza di consumo registra un aumento del **+6,9% rispetto al 2024**, con un trend positivo sia in ambito domestico che nella ristorazione (+2,5% fuori casa).

**Oltre la metà dei consumatori (51,8%)** sceglie il riso almeno una volta alla settimana a casa, mentre il 13,5% lo porta in tavola tre o più volte ogni sette giorni. Anche nei ristoranti, osterie o locali etnici – come giapponesi o cinesi – il riso è sempre più cercato: un italiano su sei (16,3%) lo consuma almeno una volta a settimana, in particolare i **giovani della Gen X (22%)**.

**Più della metà degli italiani sarebbe invogliata a mangiarne di più** se conoscesse meglio le **varietà e le differenze** di gusto, origine e proprietà nutrizionali. Il **56,1%** si dichiara interessato a scoprire le diverse tipologie (bianchi, neri, rossi, integrali), il **54,5%** vorrebbe **più ricette e consigli di cucina**, soprattutto per preparare risotti perfetti (dove la mantecatura è ritenuta la fase decisiva), e il **51%** desidera conoscere i **benefici per la salute**, in particolare per chi pratica attività fisica.



Non solo alimento versatile – capace di sostituire pasta, pane e altri carboidrati – ma anche **ingrediente di bellezza**: quasi sei italiani su dieci (59,9%) sanno che il riso entra nella cosmesi naturale, e uno su quattro conosce davvero i suoi usi in prodotti per pelli sensibili, baby care e capelli. Forte anche la presenza sulle tavole degli italiani di prodotti derivati: gallette (conosciute dal 97% e consumate nel 79% dei casi), crackers, dolci, latte, pasta e dessert a base di riso.

Un **ritorno di interesse trasversale** a tutte le fasce d'età, compresi i giovani che lo scoprono come piatto sano e veloce, e che si conferma in ogni area geografica del Paese, da Nord a Sud. Alla domanda sul ruolo del riso nell'alimentazione degli italiani, cresce la quota di chi lo considera 'molto' o 'abbastanza' importante: +3,7% rispetto al 2024. Nello specifico, la nuova centralità del riso riguarda il suo essere un **alimento sano** (81,2%; + 3,7% rispetto al 2024), **digeribile** (84,9%), **gustoso** (76,5% + 2,0%), **versatile** per ricette varie (69,2%; +7,8%), benefico per la salute e parte della tradizione italiana e dal **giusto rapporto qualità-prezzo** (76,9%).

Non è importante quindi solo la quantità consumata, ma anche la **qualità della percezione del riso**, con gli italiani che ne apprezzano sempre di più il suo profilo nutrizionale. L'88% degli intervistati concorda sul fatto che, se abbinato a proteine animali o vegetali, fibre e grassi sani, il riso può creare **piatti completi ed equilibrati**, in grado di favorire la sazietà e contribuire a un migliore controllo glicemico.

L'eccellenza del riso italiano è riconosciuta da tre intervistati su quattro (74,3%) come **un patrimonio che ci distingue nel mondo** e profondamente radicato nella nostra storia e cultura. Altrettanti (76,9%) conoscono l'esistenza di certificazioni specifiche come **DOP, IGP e Biologico**, e oltre la metà sarebbe disposta a pagare di più per un riso certificato e tracciabile, in particolare le nuove generazioni urbane.

Se da un lato la coltivazione del riso comporta criticità ambientali – in primis il consumo d'acqua (73,7%) e le emissioni di metano (27,4%) – dall'altro rappresenta un **presidio naturale di biodiversità per il 73,7% degli italiani**. Le risaie sono percepite come ecosistemi vitali in armonia con l'ambiente, bacini di laminazione che aiutano a ridurre il rischio di alluvioni (56,2%), con acqua per lo più fluviale o di falda che viene restituita al sistema idrico (lo evidenzia il 60,8% degli intervistati). Ma sono anche vulnerabili ai cambiamenti climatici (75,9%): per questo i cittadini indicano come prioritarie pratiche sostenibili, tecniche a basso impatto, infrastrutture idriche più efficienti e nuove varietà resistenti a siccità e calore.

Con le principali coltivazioni distribuite tra **Piemonte, Lombardia, Veneto ed Emilia-Romagna**, l'Italia si conferma **primo produttore europeo di riso**. Una leadership costruita su una **filiera d'eccellenza**, fondata su qualità certificata, rispetto per l'ambiente e un forte legame con il territorio.

Questo **mix di qualità, cultura e ambiente** fa del riso un ambasciatore del territorio. Le risaie diventano luoghi di esperienze autentiche che uniscono gastronomia, natura e cultura locale. Questi trend

riflettono il turismo dei territori, dell'iper-benessere e rigenerativo, che valorizza destinazioni uniche. Esperienze iperlocali nella natura favoriscono il benessere fisico, emotivo e mentale, come sottolineano **il Silent e lo Slow Tourism**. Infine, il turismo sostenibile a basso impatto punta anche a ripristinare il 'benessere della Terra'. Sempre più **simbolo del made in Italy agroalimentare**, è un patrimonio da valorizzare a livello nazionale e internazionale. Così, il riso italiano diventa ambasciatore di uno stile di vita sostenibile, di un'agricoltura di qualità e di un turismo che valorizza territori e comunità.

Fonte Ufficio Stampa

---

---

## Redazione ASA

Redazione Asa, contenuti selezionati e proposti dal team di redazione