





## Riso & Sport, un binomio da grandi prestazioni

*A Palazzo Pirelli di Milano un convegno che ha valorizzato il prodotto italiano*

 17/03/2026 17:01  Economia

La dieta dei nostri sportivi non può fare a meno del riso italiano. Perché i nostri risicoltori coltivano un prodotto che, per i suoi standard qualitativi elevati, è un'eccellenza agroalimentare insostituibile anche nell'alimentazione di chi pratica uno sport. Non più e non solo il famigerato "riso in bianco" di ospedaliera memoria, ma un prodotto intelligente, che valorizza preparazioni che uniscono gusto, tecnica e funzione nutrizionale.

E' questo il messaggio lanciato dall'incontro "Il riso italiano nell'alimentazione degli sportivi", organizzato da Ente Nazionale Risi e tenutosi oggi, martedì 17 marzo, a Milano presso il Palazzo Pirelli, e che ha visto la partecipazione di atleti ed ex atleti di diverse discipline: **Claudia Giordani**, atleta olimpica di sci alpino, medaglia d'argento nello slalom speciale ai XII Giochi olimpici invernali di Innsbruck 1976; **Francesca Porcellato**, atleta paralimpica fondista e ciclista, con 13 partecipazioni ai Giochi paralimpici (10 ai Giochi estivi e tre a quelli invernali) e quindici medaglie conquistate; e il giovane **Amedeo Bagnis**, atleta olimpico di skeleton, 2 vittorie in Coppa del Mondo e 5° alle ultime Olimpiadi. Il confronto, moderato dal biologo nutrizionista **Domenicantonio Galatà**, presidente dell'Associazione Italiana Nutrizionisti in Cucina, ha visto la partecipazione della presidente dell'Ente Nazionale Risi, **Natalia Bobba**, e l'intervento dell'assessore

all'Agricoltura, Sovranità alimentare e Foreste di Regione Lombardia, **Alessandro Beduschi**.



«Mangiare con qualità diventa fondamentale per chi pratica attività sportiva – ha evidenziato la Presidente Bobba – Il cibo è fondamentale, ancora di più per chi fa sport. Spetta a chi segue professionalmente gli atleti dare le corrette indicazioni a tavola. Ricerca e studio, come record e risultati agonistici, non si improvvisano, ma sono frutto di una preparazione che complessivamente comprende anche una corretta e adeguata alimentazione».

Il riso italiano, come testimoniato dagli atleti presenti e sottolineato anche da Galatà, è un'eccellenza che non deve mancare nella dieta di uno sportivo, fondamentale sotto diversi aspetti: da quello nutrizionale a quello energetico, senza dimenticare che parliamo di un prodotto altamente digeribile e privo di glutine.

«Il riso – ha concluso l'assessore Beduschi – rappresenta un prodotto simbolo della nostra agricoltura, sinonimo di qualità e identità territoriale. Difendere il riso italiano, e in particolare quello lombardo, significa tutelare non solo una filiera produttiva d'eccellenza, ma anche la salute dei cittadini, perché il nostro riso garantisce standard elevati di sicurezza e qualità e le nostre risaie non sono solo luoghi di produzione, ma ambienti che contribuiscono alla salvaguardia di ecosistemi unici e alla valorizzazione di paesaggi straordinari. Per questo Regione Lombardia è al fianco dei produttori e sostiene iniziative come questa, che promuovono il riso non solo come eccellenza agroalimentare, ma anche come alleato di uno stile di vita sano, dinamico e consapevole, capace di parlare soprattutto alle nuove generazioni».