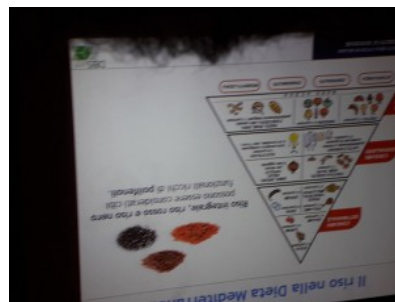


Il riso (meglio se colorato) che allunga la vita (photogallery)



C'era una volta una telefonata che allungava la vita, il celebre spot pubblicitario di Armando Testa. Ma c'è anche un functional food, un cibo funzionale, che non solo te l'allunga,

la può anche migliorare: il riso. E se è colorato, ancora di più. Perché riso nero e rosso sono ricchi di polifenoli, con proprietà antinfiammatorie che possono contribuire alla prevenzione di malattie croniche. Lo ha certificato un nuovo studio coordinato dall'Ente Nazionale Risi e realizzato in collaborazione con la Fondazione Umberto Veronesi e il Dipartimento di bioscienze dell'Università di Milano. Ne è scaturita la pubblicazione di un volume dal titolo "Il riso, un cereale da riscoprire", inserito nella collana "La salute in tavola, in consigli alimentari della Fondazione Umberto Veronesi".

Lo studio è stato pubblicato su "Universal Journal of Agricultural Research" e il volume sarà distribuito gratuitamente da Ente Risi a Istituti di agraria, alle scuole di gastronomia e alle Università. "Desideravamo pubblicare un volume sulle proprietà nutritive e benefiche del riso – dice il presidente **Paolo Carrà** – e abbiamo chiesto aiuto a una istituzione nel campo dell'informazione scientifica come la Fondazione Veronesi.

Chiara Tonelli, presidente del Comitato scientifico dell'Ente Risi e professore ordinario di genetica: "Il riso occupa un posto di primaria importanza nella dieta mediterranea ed è sempre maggiore l'interesse sia del consumatore sia della comunità scientifica sulle proprietà salutari di quello integrale e dei risi pigmentati che possono essere considerati come veri e propri cibi funzionali ricchi di polifenoli".

Katia Petroni, professore associato di genetica Università di Milano: "Riso integrale, riso nero e riso rosso sono quattro volte più ricchi di fibre rispetto a riso lavorato bianco e parboiled, in quanto subiscono un minor grado di lavorazione".

Cinzia Simonelli, responsabile qualità del laboratorio chimico merceologico EnteRisi: "Anche il riso lavorato o bianco è raccomandato per una alimentazione sana, grazie alla sua elevata

digeribilità. Costituisce uno degli alimenti base nella dieta dei celiaci in quanto privo di glutine ed è fonte di energie immediata per gli sportivi”.

In Italia le vendite di riso integrale nella Grande Distribuzione sono raddoppiate dal 2013 al 2016: da 3 a 7,5 milioni di chilogrammi, corrispondenti in valore a 9 e 20 milioni di euro. La superficie coltivata per i soli risi pigmentati è aumentata tra il 2013 e il 2016 da 614 a 1929 ettari.

Durante la presentazione, avvenuta a Milano nella sala del Parlamentino della Camera di Commercio e coordinata da **Roberto Magnaghi**, direttore Ente Risi, è stato proiettato anche un filmato sul mondo del riso a cura del regista **Matteo Bellizzi**.



► carra, Ente Risi, Fondazione, Veronesi

Il riso (meglio se colorato) che allunga la vita (photogallery) added by Gianfranco Quaglia on 1 dicembre 2017
[View all posts by Gianfranco Quaglia](#) →

© Riproduzione riservata

Articoli Correlati



A Palermo e Bari scoprono che il riso non finisci mai di scoprirlo



In Italia Stati Generali europei del riso contro importazioni asiatiche (fotogallery)



Paolo Carrà da presidente a commissario dell'Ente Risi