

ISOLA DELLA SCALA / Presentato il libro ideato dall'Ente Nazionale Risi assieme alla Fondazione Veronesi

Riso integrale, riso nero e riso rosso sono ricchi di polifenoli, composti bioattivi con proprietà antinfiammatorie che possono contribuire alla prevenzione di malattie croniche. Lo ha stabilito 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.

Lo studio, pubblicato su "Universal Journal of Agricultural Research", ha dato origine alla pubblicazione del volume della Fondazione Umberto Veronesi "Il riso. Un cereale da riscoprire", è stato presentato il 30 novembre a Milano durante l'evento "Il Riso ha il colore della salute". Ed evidenzia come i polifenoli svolgano una potente azione antinfiammatoria, quasi dimezzando i livelli della proteina "iNOS, uno dei mediatori dell'infiammazione cronica che, associata a sovrappeso, obesità e invecchiamento, favorisce tumori e malattie cardiovascolari.

L'assunzione di composti antinfiammatori come i polifenoli contenuti nel riso integrale e, in particolare, nei risi pigmentati, può ridurre il rischio di incorrere nell'infiammazione cronica. Prediligere il consumo di cereali integrali aiuta infatti a ridurre l'incidenza non solo di malattie cardiovascolari, ma anche di obesità e diabete di tipo 2.

Il volume della Fondazione Veronesi parte dalla storia del riso per poi presentare le sue varietà, i metodi di coltivazione, il rapporto tra risicoltura e sostenibilità, la composizione nutrizionale del chicco di riso, il riso nella dieta mediterranea, le proprietà nutritive e salutistiche del riso, le ricette. Sarà distribuito gratuitamente da Ente Risi agli Istituti di Agraria, alle Scuole di Gastronomia e alle Università con specializzazioni di pertinenza. Ed è scaricabile dal sito http://www.enterisi.it/servizi/notizie/notizie_homepage.aspx, oppure richiederlo alla Fondazione Veronesi.

«Desideravamo pubblicare un volume sulle proprietà nutritive e benefiche del riso e sul suo inserimento nella dieta alimentare - ha dichiarato Paolo Carrà, presidente dell'Ente Nazionale Risi -. Abbiamo chiesto aiuto ad un'istituzione nel campo dell'informazione scientifica, la Fondazione Umberto Veronesi. Ne è nata una pubblicazione completa e di facile lettura».

Riso integrale, nero e rosso contro le malattie croniche

LA RICERCA
È quattro volte più ricco di fibra e ha un maggior effetto antiossidante grazie al contenuto superiore di polifenoli, rispetto a quello lavorato, utile a combattere tumori e malattie cardiovascolari



QUALITÀ STORICHE
Il riso lavorato bianco rimane raccomandato per un'alimentazione sana grazie alla sua digeribilità ed è indicato nella Dieta Mediterranea, per i celiaci e per i neonati, usato come farina nello svezzamento



Sopra a sinistra, Paolo Carrà; a destra Chiara Tonelli a fianco, diverse qualità di riso

«Tra i cereali, 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 del riso integrale e dei risi pigmentati che possono essere considerati come veri e propri cibi funzionali ricchi di polifenoli - ha spiegato Chiara Tonelli, presidente del Comitato Scientifico di Fondazione Umberto Veronesi e professore ordinario di Genetica all'Università di Milano -. Le parti più esterne del seme sono ricche di fibra, di minerali, vitamine e di tutti quei composti bioattivi, come i polifenoli, che si stanno rivelando preziosi alleati nella prevenzione delle malattie croniche così diffuse nella

nostra società».
«Riso integrale, riso nero e riso rosso sono circa quattro volte più ricchi di fibra rispetto a riso lavorato bianco e riso parboiled, in quanto subiscono un minor grado di lavorazione e quindi mantengono una maggiore quantità di tessuti esterni del chicco di riso - ha sottolineato Katia

Petroni, professore associato di Genetica all'Università degli Studi di Milano -. Nel nostro studio è stato visto che riso rosso e nero hanno un maggiore potere antiossidante rispetto agli altri tipi di riso, grazie al loro maggiore contenuto in flavonoidi e polifenoli».
Anche il riso lavorato o

bianco è raccomandato per una alimentazione sana, grazie alla sua elevata digeribilità che ne consente l'utilizzo nei baby foods (sotto forma di farina di riso è uno dei primi alimenti che viene assunto dai bambini nella fase di svezzamento) ed è raccomandato per celiaci e sportivi.

L'Annata Riscicola
Il prodotto vale oltre 1 miliardo con 4265 aziende e cento riserie

Un fatturato annuo di 1 miliardo prodotto da 4.265 aziende riscicole e 100 riserie. Sono i numeri del settore riso comunicati il 30 novembre a Milano, nella sede dell'Ente Risi (che ha un ufficio anche a Isola della Scala) durante l'evento "Il Riso ha il colore della salute".

«La stagione 2017 sta registrando un buon andamento con 1 milione e 600 mila tonnellate di risone per 233 mila ettari coltivati - ha comunicato Paolo Carrà, presidente dell'Ente Nazionale Risi -. L'Italia è il maggior produttore europeo di riso con i suoi 234 mila ettari coltivati a riso, 4.265 aziende riscicole, 100 industrie risiere, per un fatturato annuo di 1 miliardo di euro».

Nelle scorse settimane, il Governo italiano ha chiesto all'Unione Europea l'applicazione della clausola di salvaguardia a tutela del settore dalle importazioni dai Paesi asiatici. 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 (dati Ente Risi).



La Manifestazione

La Fiera del Bollito si chiude con premi e defibrillatori alle scuole

Sono stati consegnati giovedì 23 novembre, in occasione della Fiera del Bollito con la Pearà, tre nuovi defibrillatori ad altrettante scuole di Isola della Scala dell'Istituto Comprensivo "Fratelli Corrà".

I defibrillatori sono stati acquistati grazie a quanto raccolto durante un pranzo di solidarietà svoltosi all'ultima Fiera del Riso e organizzato dall'Associazione Nazionale Carabinieri in congedo con il supporto di Ente Fiera e del Comune. Un contributo è stato inoltre offerto dalla sezione locale dell'associazione Combattenti e Reduci.

A consegnare i defibrillatori al dirigente scolastico Nadia Micheletto,



La consegna dei defibrillatori alla dirigente scolastica

sono stati il sindaco di Isola della Scala, Stefano Canazza e il presidente della sezione isolana dell'Associazione Nazionale Carabinieri in congedo, Davide Boraso. Il valore totale dei tre strumenti supera i 3

mila euro. Nel corso della manifestazione l'istituto Giolitti di Torino ha vinto il nono trofeo gastronomico "Città del Riso - conoscere il Nano Vialone Veronese Igp e la carne italiana", che ha visto in gara 12 istituti alberghieri ciascuno con due studenti. La somma dei punteggi delle due portate ha determinato il vincitore.

Il Giolitti ha vinto con un risotto con anguilla affumicata al caffè, polvere di mandarino, carbone vegetale e mandorle salate, ed un secondo piatto di cappone di Morozzo cotto a bassa temperatura con spinaci, zucca e radicchio. I giurati hanno poi voluto assegnare una menzione speciale al risotto al nero di seppia di Chioggia con triglia arrostita, crema di bisì e ciada di riso al formaggio di pecora dei Berici, preparato da Luca Costa del Pellegrino Artusi di Riolo Terme. A premiare gli studenti il sindaco di Isola della Scala, Stefano Canazza e il vicesindaco Michele Gruppo.