Ecco a voi la tavola del futuro

cibo-futuro-98cd4b67

Non sarà più la solita minestra. Nei prossimi anni la nostra tavola sarà popolata da alimenti inediti quali insetti e alghe esotiche, carni vegetali e verdure da culture idroponiche, piante tropicali mai viste e piatti con profili nutrizionali personalizzati sul nostro unico e inimitabile macrobiota. L'obiettivo? Mangiare meglio, per preservarci in salute - ormai il legame con il cibo è nella testa di tutti - mantenendo il gusto e la socialità, ma evitando quei cibi che, in un pianeta di 7,5 miliardi di persone, sono diventati insostenibili per l'ambiente. Il cibo in questa nostra era digitalizzata ed eterea ci tiene ancorati alla fisicità, alla terra e alle tradizioni, tanto care ai nostri italici palati. Ma utilizzare le stesse materie prime di cent'anni fa, quando sulla terra eravamo "solo" 1,9 miliardi, non è più possibile.

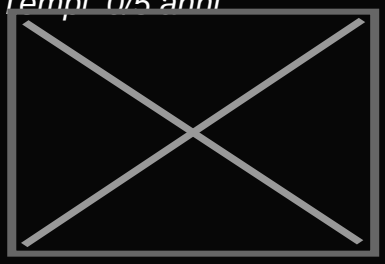
E così, vedremo sempre più hamburger con carne vegetale, formaggi vegani che si sciolgono come quelli di latte vaccino e salumieri e macellai vegetariani. A Sidney c'è un Fish & Chips vegano che al posto del pesce frigge alghe. Ma ci sono anche le stampanti 3D alimentari che, partendo da un mix personalizzato di nutrienti, li trasformano in forme note o bizzarre. I primi a sperimentare con i nuovi alimenti sono spesso gli chef stellati, cui è data licenza di proporre brodi di grilli e formiche su ananas (come René Redzepi di Noma e Alex Atala di DOM) senza essere denunciati da clienti schifiltosi. Per gli altri ci vorrà ancora qualche anno, ma ormai la strada è tracciata: vediamo tempi e modi che porteranno nuovi alimenti sulle nostre tavole (e nei nostri menu).

CARNE DA LABORATORIO

L'allevamento mette a dura prova le risorse del pianeta, inquina, impiega ingenti quantità d'acqua. Per questo è partita la ricerca alla carne sostenibile. Ottenuta in vari modi; a partire da cellule staminali come quella di Mark Post, lo scienziato che nel 2013 ha presentato al mondo il primo hamburger da laboratorio creato da cellule staminali: costava 325mila dollari. Carne vera, sostenibile, creata senza uccidere animali. Oggi siamo a 10mila dollari. Tra cinque anni potrebbe arrivare sul mercato a un prezzo equo. Ma c'è anche la carne ottenuta a partire dai vegetali che riproduce i processi di digestione degli animali, in laboratorio, estraendo dalle verdure le proteine. Gli "hamburger" sanguinolenti (è succo di barbabietola) dell'azienda americana Beyond Meat di Ethan Brown,

finanziata da Bill Gates, sono già in vendita da Whole Foods. Ma sono molte le aziende hi tech di Silicon Valley che, fiutando il business, hanno investito in start up che lavorano - e in certi casi già commercializzano - carne sintetica, uova senza uova e formaggio senza latte, spesso creati da biochimici che collaborano con gli chef.

Tempi: 0/5 anni

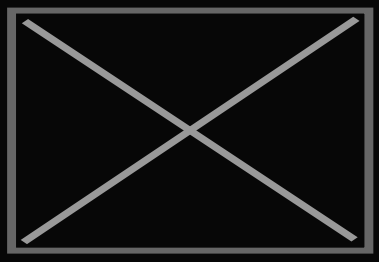


LA GRANDE SFIDA DELLE PROTEINE

Se la carne non è più sostenibile sarà necessario trovare alimenti alternativi che contengano proteine “pulite”, ovvero buone per la salute e per il pianeta. In cima alla lista ci sono alghe e soprattutto insetti. Per la FAO che ne ha censiti per uso alimentare 1.900, gli insetti commestibili sono una fonte di proteine di alta qualità, vitamine, amminoacidi che potrebbero aiutare a sfamare un pianeta che nel 2050 avrà 9 miliardi di abitanti. In Italia potrebbero arrivare già l’anno prossimo grazie all’entrata in vigore dal 1° gennaio 2018 del decreto legislativo Ue che apre ai cosiddetti “novel food” (insetti ma anche cibi sintetici, alghe e alimenti ottenuti da materiali di origine minerale e nanotecnologie).

“L’ostacolo principale alla diffusione è la disponibilità che è ancora limitata, anche se gli insetti sono già venduti in Francia, Olanda, Uk e Belgio - dice Marco Ceriani, fondatore di Italbugs azienda di Lodi espatriata in Olanda per poter allevare insetti –. Non penso che mangeremo insetti interi, in Occidente il modello orientale ancora respinge. Ma al contrario delle alghe, gli insetti hanno un gusto delicato, i grilli ad esempio sanno di nocciola e vaniglia. Sarannopiuttosto utilizzati in integratori e farine. Io per l’Italia punto sui bachi da seta perché fanno parte della tradizione italiana, sono di un bel colore giallo dorato e hanno un sapore delicato. All’inizio avranno un posizionamento alto, nei ristoranti d’élite, com’era all’inizio il sushi: ma dopo tre, cinque anni si diffonderanno. Punto sulle nuove generazioni: sono abituate a mangiare etnico, sono curiose”. E la carne? Si alleverà più pollo e meno manzo, che sarà sempre più di alta gamma, e diventerà un prodotto di lusso.

Tempi: 1/5 anni



SUPERFOOD DA TUTTO IL MONDO UNITEVI

Secondo Coldiretti un italiano su quattro ha acquistato almeno qualche volta in un anno un superfood, alimento al quale sono associate proprietà salutistiche. Spesso hanno origini esotiche, ma la novità è che, complici i cambiamenti climatici, oggi bacche di goji e finger lime, avocado e Black Sapote (una sorta di caco che sa di cacao), Lucuma e Papaya si coltivano in Sud Italia, a km zero. Ogni anno decreta un nuovo supercibo. Dopo avocado e kale, gli occhi sono ora puntati sulla Moringa Oleifera, pianta tropicale completamente commestibile unica per il suo contenuto di sali minerali, vitamine, antiossidanti e proteine. Più in generale, la parola d'ordine è sano e naturale, e questa resterà. O, per dirla con una espressione usata dal New York Times: a tavola, gli Hippy hanno vinto.
Tempi: ora, con nuovi alimenti all'orizzonte

PERSONALIZZAZIONI.. SUL MACROBIOTA

Colonie di milioni di batteri abitano dentro di noi, sulla pelle, nei polmoni e soprattutto nel nostro intestino: il cosiddetto macrobiota è correlato alla nostra salute, dipende da ciò che mangiamo, alcuni dicono che influenzi anche il nostro carattere. È una combinazione personale e unica come il nostro Dna, anche se ancora non è stato codificato e non si conosce il modo in cui interagisce con la salute. "Ma una correlazione c'è - spiega Francesca Fallarino, Professoressa di farmacologia molecolare al Dipartimento di Medicina Sperimentale dell'Università degli Studi di Perugia – I batteri si adattano all'ambiente in cui vivono ovvero a ciò che si mangia. Più il macrobiota è ricco e diversificato, meglio si sta, se è povero è correlato con malattie metaboliche come il diabete. Una dieta ricca di grassi saturi e zuccheri lo impoverisce, mentre le fibre hanno un ruolo attivo nel creare i short fatty acids che hanno un'azione protettiva sull'intestino". Il sacro Graal, ovvero l'alimentazione ideale, non è stato ancora trovato, ma in qualche modo è correlata con il marcobiota. "Sappiamo da tempo che la dieta mediterranea è più sana di altre. Ora gruppi di ricerca in tutto il mondo stanno cecando di capire il perché". L'alimentazione del futuro? "Penso ci saranno sempre più alimenti arricchiti con sostanze protettive dello stato di salute. Si useranno meno alimenti processati e industriali, con un potere nutritivo basso, e si riscopriranno alimenti grezzi, anche antichi, ricchi di fibre. E probabilmente riusciremo a correlare la tipologia di alimentazione con le caratteristiche personali della singola persona". Non solo: "in futuro lavorare sul nostro macrobiota anche con alimenti funzionali sarà un modo per complementare la terapia farmacologica, e servirà anche a ridurre l'assunzione di farmaci perché ne potenzierà gli effetti".

Tempi: incerti

RIVOLUZIONE AGRICOLA

Coltivare gli stessi prodotti, utilizzando meno acqua e risorse. È questa la strada che sta prendendo l'agricoltura. In vari modi: con l'automazione e app che prevedono il tempo, con il genoma editing per combattere malattie e aumentare la resistenza ad eventi climatici estremi. Le culture idroponiche (in cui le piante crescono in una soluzione nutriente) e coltivazioni a goccia (ideate anni fa in Israele) sono sistemi che possono essere utilizzati anche in contesti urbani. A Londra, i tunnel sotterranei usati come rifugi antiaerei durante la seconda guerra mondiale, sono usati per coltivare insalata. L'azienda Growup community farms ha ideato grandi box installati sui tetti dove con un mix di culture idroponiche e verticali crescono insalata ed erbe aromatiche. Un trend che sta coinvolgendo alcuni ristoranti desiderosi di proporre verdure "dall'orto alla tavola".

Tempi: ora

ANZIANI HI-TECH

Perché in fondo sono loro il target più ricco (dal punto di vista numerico ma spesso anche del portafogli) degli anni prossimi a venire, in particolare in Italia. Hanno esigenze specifiche: difficoltà di deglutizione (che li obbliga a ricorrere a cibi frullati o in gel) o digestive, e spesso tra un divieto e l'altro perdono il gusto di mangiare. Per loro un progetto Ue propone di utilizzare piatti nutrizionalmente bilanciati ma esteticamente piacevoli. E in Giappone alcuni ristoranti si sono già attrezzati per accogliere questo target di clienti.

Tempi: 2/5 anni