Tonno in scatola: 10 verità importanti sulla sua salubrità

schermata-2014-10-06-a-135835-8449bc44

Sapevate che il tonno fa bene agli anziani, è un prodotto anti spreco e non fa aumentare il colesterolo? Beh in effetti sono tante le false credenze che ruotano intorno a questo prodotto. Tanto che spesso si fa confusione attorno a quello che, numeri alla mano, è uno dei simboli della spesa alimentare degli italiani. Per porre fine a tutti i nostri dubbi dal sito www.tonno360.it, il portale di riferimento della cultura del tonno in scatola ideato dall'ANCIT – Associazione Nazionale Conservieri Ittici- ecco alcuni luoghi comuni da sfatare accanto a certezze ancora non percepite come tali dai consumatori italiani. Che comunque di questo prodotto si fidano eccome, visto che nelle nostre case non manca praticamente mai.

Risponde Antonio Migliaccio, presidente SISA

"Il tonno fresco ha prerogative nutrizionali migliori rispetto al tonno in scatola"

Schermata 2014-10-06 a 14.30.59

"È un pesce particolarmente adatto all'alimentazione degli sportivi"

Schermata 2014-10-06 a 14.40.18

"Il tonno è un importante fonte di lisina e di iodio"

Schermata 2014-10-06 a 14.42.42

"Ha pochi grassi e quelli che ha sono insaturi: non fanno infatti aumentare il livello di colesterolo"

Schermata 2014-10-06 a 14.44.19

“Il tonno in scatola non è adatto all’alimentazione della terza e quarta età”

Schermata 2014-10-06 a 14.45.30

Le risposte di ANCIT

“Il tonno pinna gialla è un pesce in via di estinzione”

Schermata 2014-10-06 a 14.46.41

“Il tonno in scatola è un prodotto anti-spreco”

Schermata 2014-10-06 a 14.47.39

“Il tonno in scatola costa tanto”

Schermata 2014-10-06 a 14.49.04

“Il tonno in scatola non si può mangiare in gravidanza”

Schermata 2014-10-06 a 14.50.16

“ L’industria conserviera ittica garantisce severi controlli sulla presenza di mercurio nel tonno in scatola”

Schermata 2014-10-06 a 14.51.38

*(Alle domande di carattere nutrizionale risponde **il Prof. Migliaccio**, Presidente della Società Italiana di Scienza dell’alimentazione (SISA)