Pasta Innovation, è boom della nuove paste: integrale, di farro, kamut e legumi

233c21fd-ab85-4c52-9bce-1ac2a68838c6

La passione degli italiani per la pasta si evolve. Se un alimento tipico della tradizione, con un consumo italiano pro capite di 23,1 kg annui (per un totale di 1.730.121 tonnellate di pasta consumate nel 2025 a livello nazionale), riesce a mantenersi protagonista della spesa, è anche per la sua capacità di interpretare tendenze, cambiamenti degli stili di vita, nuove frontiere del gusto e della nutrizione. Ed è così che si fanno strada paste che, affiancandosi alla tradizionale di semola, esplorano nuove frontiere tra impasto e ingredienti: multicereali, integrale, senza glutine, di legumi, di mais, riso. E poi quelle di grano duro, sì, ma addizionate di proteine o vitamine. E i pastai italiani lo sanno: ecco perché, secondo una stima di **Unione Italiana Food**, investono ogni anno mediamente il 10% del loro fatturato in ricerca e sviluppo, per migliorare la qualità dei prodotti, per un totale del comparto pari a 500 milioni di euro.

E anche se la pasta “classica” vince alla prova del gusto e per facilità di preparazione, le aspettative sono alte: per oltre 1 italiano su 3 la pasta deve essere un alimento versatile e innovativo e per più di 1 italiano su 2 la pasta del futuro conoscerà nuove tipologie con farine o ingredienti alternativi, sarà conservata in packaging ecologici e vedrà l’aggiunta di nuovi formati (Fonte: AstraRicerche/Unione Italiana Food).

Tutte i modi di dire "le nuove paste"

Maccheroni di ceci, penne ai lupini, fusilli al farro, linguine di avena, spaghetti alla spirulina e rigatoni di grano saraceno: anche un alimento iconico come la pasta si è adattata ai gusti e alle esigenze dei consumatori del terzo millennio. Uno sforzo apprezzato dagli italiani, come dimostra l’escalation delle vendite di quelle che vengono definite “altre paste”, con un valore al retail che nel 2025 ha toccato i **247 milioni di euro** (Fonte: Elaborazioni Unione Italiana Food su dati NielsenIQ) e un consumo a retail di pasta di semola integrale, di farro, di kamut e di legumi che ha raggiunto le 51.432 tonnellate

per un valore di 122 milioni di euro. La pasta di semola di altri grani si attesta su 7.266 tonnellate per un valore di 27 milioni di euro, mentre la pasta di semola senza glutine è quella che registra una maggiore crescita con 18.041 tonnellate (+5,6% a consumo) ed un valore di 98 milioni di euro (+7,7% a valore), un percorso in ascesa che appare ormai inarrestabile, consolidandosi come uno dei segmenti più dinamici del mondo healthy.

Quote

La pasta è una e molteplice. In Italia siamo i custodi della tradizione ma non rinunciamo a sperimentare perché fa parte del nostro patrimonio alimentare e anche la pasta ha accompagnato nel tempo il cambiamento dei nostri stili di vita. Il suo successo nel mondo è dovuto proprio a questa sua versatilità nell'adattarsi a ingredienti diversi e a sposarsi con innumerevoli abbinamenti, riuscendo ad intercettare tendenze alimentari, culturali e sociali e aggiungendo a qualunque piatto il sapore e i benefici della Dieta Mediterranea. E in questo si impone la capacità dei pastai di coniugare tradizione, saper fare e tecnologia alimentare. Così stiamo rispondendo a un consumatore sempre più attento a gusto, salute e sostenibilità, con una pasta sempre più personalizzata e capace di intercettare tutte le ultime tendenze del cibo, dall'integrale al gluten free, fino a quella con spezie e legumi.

Margherita Mastromauro, Presidente dei pastai di Unione Italiana Food

La legge di purezza della pasta

La produzione e la commercializzazione delle paste alimentari è disciplinata dal DPR 187/2001 (e successive modifiche ed integrazioni). Il decreto modifica a sua volta la **"legge di purezza"** della pasta (n.580 del 4 luglio 1967), che prescrive l'obbligo di produrre pasta secca esclusivamente con grano duro nel rispetto di precisi parametri analitici. Il DPR 187/2001 riguarda le seguenti tipologie: "pasta di semola di grano duro" e "pasta di semolato di grano duro", entrambi ottenuti da trafilazione, laminazione ed essiccamento di impasti preparati esclusivamente con semola di grano duro, o semolato di grano duro, ed acqua. Inoltre, viene denominato "pasta di semola integrale di grano duro", il prodotto ottenuto esclusivamente con semola integrale di grano duro ed acqua.

Tutti gli altri prodotti riconducibili merceologicamente alla pasta non sono soggetti alla normativa in questione. E se le parole sono importanti, lo sono anche le definizioni. È consentita, inoltre, la produzione di paste speciali mediante la miscelazione di semola, semolato e semola integrale di grano duro nel rispetto delle denominazioni di vendita previste. In questa categoria rientrano le paste addizionate di vitamine e/o minerali i cui impieghi siano conformi al Regolamento UE 1925/2006.

A ogni pasta la sua caratteristica nutrizionale

Negli ultimi anni abbiamo assistito ad un vero e proprio boom della pasta “alternativa”, prodotta con ingredienti diversi come grano saraceno, avena, soia, legumi, orzo, ecc. E se un tempo la pasta integrale era un trend emergente, oggi sono raddoppiati i consumi, grazie anche all’aggiornamento delle linee guida del Crea (Centro di Ricerca Alimenti e Nutrizione): più cereali integrali consentono di conservare alcuni polifenoli e apportano fibre che oltre a dare senso di sazietà, sono utili per la motilità intestinale e per intrappolare piccole porzioni di grasso. Parola del nutrizionista.

«Oggi, il saper fare dei pastai e la capacità di lavorare farine così variegate offre al consumatore una scelta estremamente ricca che riguarda non solo differenze di gusto e consistenza ma anche nutrizionali – commenta **Luca Piretta**, medico gastroenterologo, nutrizionista e professore di allergie e intolleranze alimentari presso l’Università Campus Bio Medico di Roma – Per esempio, la pasta di legumi offre una maggior quantità di proteine, di fibra e di sostanze bioattive come gli isoflavoni, che svolgono un’azione protettiva a livello ormonale e cardiometabolica, o come i fitosterol,i molto utili nel combattere il colesterolo. La pasta con farina d’avena o d’orzo esercita un’azione importante sul microbiota intestinale grazie alla presenza abbondante dei betaglucani, che consente di mantenere l’integrità della barriera intestinale con effetti benefici sul sistema immunitario intestinale. La presenza sul mercato di pasta prodotta con tipologie di farina molto differenti offre un’ampia gamma di soluzioni alimentari che permette una ricca possibilità di scelta non solo in termini di gusto e consistenza, ma anche di valori nutrizionali».