Olio di palma: quali caratteristiche al di là delle accuse

olio-di-palma-9c08d359

Trattandosi di un prodotto ampiamente utilizzato dall'industria alimentare e dai professionisti della ristorazione, abbiamo interpellato un produttore. È Unigrà, azienda ravennate che dagli anni '70 opera nel settore della trasformazione e vendita di margarine, oli e grassi alimentari, tra cui quello di palma, presente con i propri prodotti - destinati alla produzione alimentare, in particolare dolciaria - in oltre 90 Paesi nel mondo. Al dr.Massimo Fusari, responsabile del dipartimento Ricerca&Sviluppo Olio e Grassi chiediamo innanzitutto come si ottiene l'olio di palma. «Si ricava dal frutto della palma, una specie di grossa oliva che ha un elevato contenuto di olio; il frutto è spremuto a caldo e il grasso che se ne ricava nei paesi produttori è sempre stato usato per cucinare. In Europa è utilizzato nell'industria alimentare, dopo un processo di raffinazione. Si tratta di un grasso parzialmente solido, dalla consistenza cremosa, nonostante sia chiamato tradizionalmente "olio". Nell'industria alimentare in passato si utilizzavano i grassi alimentari idrogenati che contengono grassi trans, che possono creare rischi cardiovascolari. Oggi questi grassi sono stati vantaggiosamente sostituiti dall'olio di palma, con un notevole vantaggio per la salubrità dei prodotti».

Olio di palma 1AMBIENTE E NUTRIZIONE. Di recente però l'olio di palma è stato criticato sotto due profili: quello ambientale e quello nutrizionale, ma non sempre le informazioni che sono arrivate ai consumatori sono quelle corrette, come sottolinea ancora Fusari: «Partiamo dal punto di vista delle problematiche legate all'impatto ambientale, che riguardano i principali Paesi produttori come Indonesia, Malesia, Papua Nuova Guinea, Filippine. Esiste dal 2004 la Roundtable on Sustainable Palm Oil (www.rspo. org), associazione che promuove i criteri e principi necessari per la produzione di olio di palma sostenibile, che vigila sul fatto che la coltivazione sia sostenibile, evitando la deforestazione, rispettando la biodiversità, le popolazioni locali e l'ambiente. La nostra azienda dal 2007 si è volontariamente iscritta alla Rspo di cui fanno parte non solo produttori e trasformatori, ma anche organizzazioni come il WWF eGreenpeace. Sottolineo il fatto che la produttività della palma da olio è dalle 7 alle 9 volte superiore rispetto a quella dell'olio di colza e di soia, il che si traduce in un

consumo di territorio da 7 a 9 volte inferiore. Certo ancora molto si può e si deve fare, ma l'attenzione dei produttori verso la preservazione dell'ambiente e del territorio è in crescita ovunque e anche noi siamo in prima linea». Per quanto riguarda gli aspetti nutrizionali, va sottolineato che l'olio di palma è un olio bilanciato perché, come spiega Fusari: «Contiene in parti circa uguali acidi grassi insaturi (che notoriamente sono considerati utili alla salute) e saturi. Sottolineo anche che l'acido palmitico contenuto nell'olio di palma, criticato come se fosse una sostanza nociva, è uno degli acidi grassi saturi più diffusi in natura, presente nel burro, nel formaggio, nella carne e perfino nel latte materno, e che in una dieta equilibrata non risulta affatto dannoso all'organismo».

SOTTO IL PROFILO GASTRONOMICO l'olio di palma è decisamente utile per il professionista: data la sua elevata produttività, ha un costo inferiore a quello dell'olio d'oliva e si degrada meno alle alte temperature della frittura. Puntualizza infatti Fusari: «L'olio di palma ha un punto di fumo attorno ai 230°C, ha grande stabilità rispetto all'ossidazione e si degrada meno rapidamente rispetto ad altri oli. Naturalmente anche l'olio di palma con l'uso diventa esausto e per verificarlo devono essere eseguiti i test di legge, che stabilisce che l'olio può essere utilizzato se non supera il 25% di composti polari, sostanze che si formano durante la frittura e devono essere rilevate con l'ausilio di appositi kit e tester. In ogni caso l'olio di palma rispetto ad esempio a quello di girasole, degrada più lentamente e quindi è particolarmenfriggite valido per un uso professionale. Sono stati effettuati dei test e si è verificato ad esempio che un olio di semi lasciato nella friggitrice a fine servizio fino al giorno successivo, presenta una ossidazione maggiore rispetto all'olio bifrazionato di palma che abbia subito lo stesso trattamento».

FRIGGI QUALITALY Si tratta di un olio di palma frazionato che non contiene oli e grassi idrogenati. Proposto in latte da 10litri. È presente anche un olio bifrazonato in latta da 25 litri o in bidone da 20 litri.