Finger food, igiene in punta di dita

nutrizionista-0be6854a

Il finger food è per definizione il cibo mangiato con l’uso delle soli mani, senza l’ausilio delle posate; nei bar e ristoranti è possibile ammirare tavole imbandite di cibo monoporzione, colorato e goloso da prendere con le mani e portare alla bocca, ma attenzione: dietro la nuova moda si cela il rischio di contrarre patogeni.

POSATE: UNA RAGIONE C’È

Per millenni, da circa il 2.000 a.C., l’uso delle posate ha sempre distinto l’uomo civile dal non civile, o addirittura “la casta nobiliare” dal “popolo”. Ad esempio, l’incoronazione di tutti i re britannici viene preceduta da un rituale in cui il nuovo monarca sarebbe unto da un cucchiaio cerimoniale simbolo di ricchezza e potere. E come se non bastasse, le posate per lungo tempo sono state la categoria di dote più pregiata che una moglie potesse portare allo sposo. Comunque, al di là dello status che esse abbiano rappresentato, la loro introduzione fu legata alla sola “praticità”: paradossale se pensiamo che oggi per praticità tendiamo, invece, a mangiare con le mani!

BATTERI IN AGGUATO

Ora immaginate una giornata tipo concentrandovi su ciò che possono toccare le mani di ciascuno di noi: chiavi di casa, auto o bus o metro, denaro, mani di altre persone, etc.. Ciascuna delle cose elencate contiene per certo un’infinità di batteri, germi e funghi che passano sulle nostre mani e a loro volta sul cibo che tocchiamo e mangiamo. Ed è altrettanto certo che ciò sarà seguito da una sintomatologia spesso latente e sottovalutata consistente in: malessere generale, reflusso gastrico, cefalea, lieve nausea e - nei casi più gravi- diarrea, vomito, crampi addominali ecc. Lungi da me l’intenzione di spaventare o di fare da deterrente all’adozione del finger food. Lo scopo è ben altro: quello di dare qualche dritta per limitare il contatto con i batteri.

SOLUZIONI

Esistono molti rimedi per ovviare al problema. Uno di questi è l’uso di bicchierini, ciotoline e stecchini da parte degli chef su cui sistemare il cibo, ma molti potrebbero pensare che così non sarebbe più “finger food” e allora potrebbero essere gli stessi esercenti a fornire ai clienti “gel igienizzanti mani” o “salviettine mono uso”. Entrambi hanno la funzione principale di combattere microrganismi come la candida, lo staphylococcus aereus, o l’escherichia coli, possono essere acquistati in qualunque supermercato o profumeria, sono piccoli e tascabili. E non è un caso, infatti, che sugli aerei da sempre il cibo sia accompagnato dalle salviettine igienizzanti che non vanno usate solo dopo il pasto ma soprattutto prima, proprio per un fattore di “igiene”. Un piccolo gesto, dunque, quello di fornire questi “semplici presidi” al cliente, ma una coccola in più che verrà senza dubbio apprezzata...