Le verdure surgelate alla base della piramide alimentare

verdure-surgelate-o-fresche-655b2eb4

Nel ribadire che **la base della piramide alimentare è rappresentata dalle verdure**, gli esperti riunitisi a Milano in occasione del **Revitalizing Mediterranean Diet** (primo convegno mondiale sulla dieta mediterranea) hanno stabilito che quelle **surgelate** rappresentano la soluzione migliore in una logica di tutela e rispetto dell'ambiente.

Punto di partenza dal quale sono scaturite le conclusioni di ?siologi, nutrizionisti ed esperti non è stato tanto il riconoscimento delle **immutate proprietà organolettiche** delle verdure surgelate rispetto a quelle fresche (su questo aspetto il mondo scienti?co è da tempo concorde), quanto **l'impatto ambientale minore** che una busta di surgelati ha rispetto, ad esempio, allo stesso prodotto consumato fresco. Per intenderci, gli esperti, hanno convenuto che mettere in padella o nel microonde una porzione di verdure surgelate permette di **evitare sprechi di cibo** (i surgelati sono porzionati) e al contempo di variare la propria dieta attingendo a ortaggi sempre diversi.

"L'introduzione dei vegetali surgelati alla base della Nuova Piramide Alimentare è per noi la conferma di ciò che da sempre sosteniamo - spiega **Silver Giorgini**, direttore qualità **Orogel** -. Il minore impatto ambientale dei surgelati, in particolar modo di quelli a filiera corta e prodotti in Italia, è uno dei punti di forza dei nostri prodotti. Non solo: l'abitudine al consumo di vegetali surgelati, che noi raccogliamo secondo le naturali regole della stagionalità, permette a chiunque di avere sempre a disposizione **principi nutritivi e vitamine** alle quali, diversamente, sarebbe costretto a rinunciare". Filiera corta, produzione completamente italiana, processi di surgelamento di ultima generazione, controllo dei prodotti immessi in commercio dalla semina fino al confezionamento, che si concretizza nella certificazione di qualità a 360° garantita da Orogel, sono solo alcune delle ragioni per cui oggi aprire il freezer e servire un piatto di verdure sane e gustose è come andare nell'orto dietro casa per raccoglierle con le proprie mani: "Del resto noi - conclude Giorgini - siamo l'orto degli italiani".