

Se ne parla tanto, ma in Italia i piatti a base di soia sono pressoché sconosciuti. I piccoli granelli non fanno parte degli alimenti tradizionali e non rientrano nella cultura gastronomica. L'unico prodotto ben noto al grande pubblico è l'olio, introdotto in occidente negli anni 50 per via del costo estremamente basso, e utilizzato abitualmente nelle cucine dei ristoranti e delle collettività. La farina ottenuta dopo l'estrazione dell'olio è un prodotto molto ricco di proteine vegetali, utilizzata per migliorare le qualità nutrizionali dei prodotti da forno. I concentrati di proteine sono anche aggiunti agli alimenti a base di carne (hamburger, ripieni di tortellini e ravioli), o come sostitutivi della carne nei cibi per vegetariani. Si trova anche in prodotti per celiaci al posto delle proteine del grano (glutine). Non possiamo dimenticare la salsa presente in tutti i ristoranti cinesi, le barrette sostitutive del pasto e il latte per bambini allergici. L'aspetto sconosciuto ai più è che piccole quantità di soia sono presenti in centinaia di prodotti confezionati. L'indicazione non è sempre chiara perché viene compresa sotto la voce: proteine vegetali, olio vegetale oppure lecitina, salvo poi scrivere a fianco "contiene soia" come avvertimento per le persone allergiche. (...)

L'articolo:

<http://www.ilfattoalimentare.it/soia-lingrediente-sconosciuto-presente-in-centinaia-di-prodotti-e-in-tutti-i-mangimi-animali.html>

Sul mais... fantasma:

<http://www.ilfattoalimentare.it/gli-italiani-sono-grandi-consumatori-di-mais-nascosto-tra-gli-ingredienti.html>

Informazione di base:

http://it.wikipedia.org/wiki/Glycine_max

http://it.wikipedia.org/wiki/Zea_mays

Passato... prossimo:

http://www.fabiomanzione.it/index.php?option=com_content&view=article&id=1185:bevanda-di-soia-non-chiamatela-latte&catid=112:nutrizione&Itemid=104

http://www.fabiomanzione.it/index.php?option=com_content&view=article&id=1167:dal-laboratorio-al-piatto-le-magiche-proteine-isolate-dalla-soia&catid=112:nutrizione&Itemid=104

Soia e Mais - L'ingrediente sconosciuto

Scritto da Administrator
