

## Le patate piacciono bionde E le fragole aiutano la linea

**Gli italiani preferiscono le bionde! Lo dice una indagine di mercato sulle patate :** pasta gialla e buccia gialla il tubero preferito, ma la ricerca mette in evidenza anche molti altri dati. Ad esempio che acquistano prevalentemente patate fresche confezionate (nel 55% dei casi), abitualmente al supermercato (oltre il 73%), ne verificano la provenienza (66%), sono molto attenti all'origine italiana del prodotto (quasi il 60%), ritengono che le patate siano dietetiche (22%) e utili agli sportivi (27,5%), le preparano soprattutto bollite (oltre 40%), affermano che questo ortaggio è apprezzato tutti i componenti della famiglia (oltre il 75%), sono disposti a pagare un prezzo superiore per un prodotto di qualità (circa 30%) e italiano (oltre 22%). Quanto alle preferenze di gusto, prediligono appunto le patate a pasta gialla e buccia gialla nel 38% dei casi, seguite da quelle a pasta bianca e buccia giallo chiaro (oltre 28%), e conoscono soprattutto la Patata di Bologna (più del 38%). E in effetti un prodotto povero e fino a poco tempo fa anonimo come la patata, sta acquisendo preziosi elementi di distintività legati sia all'origine italiana che alla tipologia varietale, alle innumerevoli possibilità di consumo nonché alle proprietà qualitative.

**Se invece parliamo di fragole, decisamente gli italiani preferiscono le rosse!** E anche in questo caso, sapore e colore si giocano il primato, senza dimenticare il concetto di **"fruitness"** che ormai è confermato da miriadi di ricerche medico - scientifiche. L'ultima ci dice che le fragole, (insieme ai mirtilli e agli spinaci), hanno un potere antiossidante fino a venti volte superiore a quello degli altri alimenti e per questo sono state inserite tra i super cibi che "mantengono giovani" nella speciale classifica degli scienziati dell'Usda, la massima autorità statunitense in materia di qualità dell'alimentazione, per il contenuto record in sostanze antiossidanti rilevato anche in uno studio italiano dell'Università Politecnica delle Marche dal quale emerge anche un riscontro positivo sul mantenimento della memoria grazie alla forte presenza di acido folico. I risultati della ricerca sono una buona notizia per gli italiani che secondo una recente sondaggio del Cnr sono particolarmente amanti delle fragole considerate da un terzo della popolazione il frutto più sensuale, ma anche tra quelli più gradevoli alla vista e con il gusto migliore. Le fragole poi oltre ad essere buone hanno un contenuto in vitamina C addirittura superiore agli agrumi e solo cinque frutti di fragola possono sostituire durante l'estate una arancia. Un primato nutrizionale che è alla base delle molte proprietà antitumorali che vengono attribuite ad un frutto al quale già i romani attribuivano funzioni medicinali. Sono peraltro delle ottime alleate per chi vuole dimagrire essendo costituite al 90% di acqua e cento grammi di fragole contengono solo 30 calorie, non contengono grassi saturi, colesterolo o sodio. E sono anche prodotte con metodi di coltivazione sicuri, in pieno rispetto dell'ambiente e dei disciplinari. Un aspetto che viene colto dal consumatore, come valore aggiunto rispetto ad esempio al prodotto spagnolo. Eppure basta un niente: in alcune reti tv si è consigliato di mangiare fragole nazionali solo dopo averle ben lavate, paventando il rischio pesticidi e questo ha dato uno scossone al settore fino ad oggi sorridente. E invece il percorso di salubrità fatto dalla fragola in questi anni è ormai consolidato, e confermato anche dai tanti controlli effettuati durante la produzione, al momento della lavorazione, fino alla commercializzazione all'ingrosso, da esperti della filiera, dalle usl, dai mercati ortofrutticoli. Insomma il consiglio è quello di scegliere tranquilli il prodotto nazionale, anzi locale, perché questi giorni di maggio sono proprio il clou della produzione romagnola.

