



Alimenti processati

Trasformazioni e Alterazioni chimiche a carico dei principi nutritivi

Dott.ssa ANTONELLA CALABRETTI
Laboratorio Merceologico - DEAMS
Università degli Studi di Trieste
antonella.calabretti@deams.units.it

OBIETTIVO:

Valutazione delle proprietà antiossidanti in Alimenti somministrati in asili nido.

- *Alimenti preparati in cucine interne alle strutture*
- *Alimenti provenienti da servizi Catering esterni*

Menù:

Primi piatti

Secondi piatti

Contorni

Condimenti

Parametri:

*Attività antiossidanti totale (ARP):
derivante da tutte le molecole attive
presenti (es. vitamine, polifenoli)*

Contenuto totale in polifenoli e flavonoidi

ASILI NIDO: Confronto tra Cucina interna e Servizio catering

Primi piatti

CAMPIONI	CONCENTRAZIONE POLIFENOLI (mg/100g)		ARP		CONCENTRAZIONE FLAVONOIDI (mg/100g)	
	1° studio Catering	2° studio Cucina interna	1° studio Catering	2° studio Cucina interna	1° studio Catering	2° studio Cucina interna
Minestra di verdure	141,1	105,33	0,015	0,119	1,2	13,4
Brodo vegetale	49,4	41,66	0,097	0,361	3,2	2,3
Pasta al pomodoro	97,2	80	0,524	0,343	1,7	4,4
Riso al pomodoro	61,3	141,5	13,089	0,448	1,1	3,9
Lasagne al forno	643,7	139	0,007	0,301	7,6	8,3

ASILI NIDO: Confronto tra Cucina interna e Servizio catering

CAMPIONI	CONCENTRAZIONE POLIFENOLI (mg/100g)		ARP		CONCENTRAZIONE FLAVONOIDI (mg/100g)	
	1° studio Catering	2° studio Cucina interna	1° studio Catering	2° studio Cucina interna	1° studio Catering	2° studio Cucina interna
Passata pomodoro cruda	243,30	333,50	0,162	0,403	7,5	14,85
Passata pomodoro cotta	156,70	199,30	0,348	0,471	1,5	7,37
Ragù di carne	636,80	142,67	0,004	1,397	1,3	5,67

Condimenti per la pasta

ASILI NIDO: Confronto tra Cucina interna e Servizio catering

Secondi piatti

CAMPIONI	CONCENTRAZIONE POLIFENOLI (mg/100g)		ARP		% GRASSO	
	1° studio Catering	2° studio Cucina interna	1° studio Catering	2° studio Cucina interna	1° studio Catering	2° studio Cucina interna
Filetto di Limanda surgelato	199,90	357,33	0,017	0,022	5,00	3,77
Filetto di Limanda cotto al forno	545,70	298	0,001	0,022	14,80	8,55
Filetto di merluzzo surgelato	82,50	221	0,026	0,061	6,50	5,91
Polpette di manzo	327,40	790,67	0,043	0,033	31	44,08
Frittata	165,08	1242	0,050	0,054		27,09

ASILI NIDO: Confronto tra Cucina interna e Servizio catering

CAMPIONI	CONCENTRAZIONE POLIFENOLI (mg/100g)		ARP		CONCENTRAZIONE FLAVONOIDI (mg/100g)	
	1° studio Catering	2° studio Cucina interna	1° studio Catering	2° studio Cucina interna	1° studio Catering	2° studio Cucina interna
Zucchina cruda	151,70	150,33	1,344	0,163	4,2	4,17
Zucchina cotta	210,70	129	0,023	0,124	4,9	15,07
Fagiolini surgelati	155,60	88,67	0,054	0,457	3,3	4,77
Fagiolini lessati	91,10	108,33	0,020	0,373	3,8	5,60
Carote grattugiate	85	113,50	0,076	0,128	2,7	24,90
Purea di patate	125,30	147,33	0,145	0,591	6,8	8,15

Contorni

ASILI NIDO: Confronto tra Cucina interna e Servizio catering

			POLIFENOLI (g)		GRASSI ASSUNTI (g)	
MENÙ	MENÙ 2	PORZIONE (g)	POLIFENOLI (g)		GRASSI ASSUNTI (g)	
			1° studio Servizio Catering esterno	2° studio Cucina interna	1° studio Servizio Catering esterno	2° studio Cucina interna
Pasta al pomodoro	Minestra di verdure Con pastina	20	28,22	21,07	0,15*	0,15*
Frittata						
Fagiolini lesati						
TOTALE						
Polpette di manzo		30	98,22	237,20	9,3	12
Purea di patate		60	75,18	88,40	0,65*	0,65*
Zucchine		40	84,28	51,60	0,08+3*	0,08+3*
TOTALE			285,90	398,27	13,18	15,88

Esempi di menù

CONCLUSIONI: ASILI

- L'utilizzo di vegetali freschi, ben conservati, trasformati e cotti ha portato a risultati più soddisfacenti, rispetto agli analoghi di tipo surgelato
- La cucina interna permette di conservare maggiormente le sostanze protettive presenti nel prodotto