



pane e salame per un rientro a scuola tutto sprint!



Milano, 11 settembre 2018 - Per molti bambini e ragazzi l'inizio di un nuovo anno scolastico è pieno di eccitazione, di curiosità e anche di gioia di rivedere i compagni dopo la lunga pausa estiva. Per altri però, lo stesso evento può innescare riluttanza, afasia, totale mancanza di energia. Cosa fare dunque per invogliarli a rientrare nelle "amate" aule scolastiche?

Una merenda proteica è sicuramente un aiuto. Se questa poi è anche la preferita dei bambini, allora può diventare un perfetto alleato per un rientro più felice.

Ma qual è la merenda preferita dai bambini? Secondo i dati di una ricerca diffusa due anni fa, dall'Istituto di ricerca EuromediaResearch, il 79,2% delle famiglie ancora oggi preferisce dare per merenda ai propri figli un panino con il salame. E visto che in questo campo i bambini influenzano molto le scelte dei genitori, possiamo supporre che anche i bambini apprezzino molto questa scelta. Pane e salame è quindi un classico che non tramonta mai, che piace tanto ai piccoli ma che conquista anche i grandi.





“Da un punto di vista nutrizionale il classico panino "pane e salame" offre dei vantaggi di una certa importanza. **Pur non potendo essere considerato uno spuntino quotidiano**, il salame apporta alcuni principi nutritivi rilevanti, e in particolare proteine di alto valore biologico e di elevata qualità (perché comprendono tutti gli aminoacidi essenziali) che garantiscono un adeguato turn over proteico per la sintesi dei muscoli. E' facile intuire quanto questo sia necessario per trovare il giusto sprint e slancio per un rientro a scuola con carica ed entusiasmo anche grazie alla presenza di vitamina B12, zinco selenio e ferro. I salumi di oggi, mostrano una maggiore qualità rispetto al passato grazie alla selezione dei suini e alla loro alimentazione che hanno permesso di ottenere un prodotto finale con minori grassi (con meno acidi grassi saturi e più polinsaturi), meno sali e pochi nitrati” ha affermato **Luca Piretta**, *Gastroenterologo e Nutrizionista Università Campus Biomedico di Roma*.

Il salame viene considerato il più gustoso tra i salumi italiani e può vantare anche il fatto di rappresentare una delle più antiche forme di conservazione della carne. Nel corso dei secoli si è evoluto in diverse varietà, fino a costituire una vera e propria famiglia, con specialità per ogni regione e territorio.

I salami italiani si distinguono tra loro per il tipo di macinatura della carne (che può essere fine, media o grossa) e per le spezie e gli ingredienti (aglio, peperoncino, semi di finocchio, vino) che contribuiscono a dare a ogni singolo tipo una spiccata personalità. La carne, il grasso e gli eventuali altri ingredienti macinati vengono insaccati e lasciati stagionare. Ed è proprio verso la fine della stagionatura che ogni salame acquista il suo tipico aroma.

La forma è generalmente allungata, di dimensioni variabili, mentre all'interno la fetta si presenta di color rosso con grasso bianco/rosa, con un profumo intenso e appetitoso e un sapore ben definito.

I salami in Italia sono tantissimi ed è impossibile quantificarne il numero. Per quelli **DOP** e **IGP** invece è più facile, **sono ben 15**.

Salami DOP

1. Salame Brianza DOP
2. Salame Piacentino DOP



Facebook: European Authentic Pleasure

Twitter: @European_ape

Instagram: european_ap



3. Salame di Varzi DOP
4. Soppressata di Calabria DOP
5. Salsiccia di Calabria DOP
6. Salamini Italiani alla Cacciatora DOP
7. Soprèssa Vicentina DOP

Salami IGP

8. Ciauscolo IGP
9. Pitina IGP
10. Salame Cremona IGP
11. Salama da Sugo IGP
12. Salame Sant'Angelo IGP
13. Salame Felino IGP
14. Salame Piemonte IGP
15. Salame d'Oca di Mortara IGP

Istituto Valorizzazione Salumi Italiani

L'Istituto Valorizzazione Salumi Italiani (IVSI) opera dal 1985 con lo scopo di favorire la conoscenza dei salumi tipici e di diffondere una corretta informazione sui valori nutrizionali e sugli aspetti culturali, produttivi e gastronomici di questi prodotti. Sul territorio nazionale l'Istituto Valorizzazione Salumi Italiani ha promosso pubblicazioni editoriali, ricerche di mercato, indagini scientifiche ed altre iniziative ed eventi rivolti ai mass media, opinion leader, comunità scientifica e al vasto pubblico dei consumatori. All'estero sono stati realizzati programmi di promozione dei salumi in Francia, Germania, Belgio, Svezia, Finlandia, Russia, Brasile, Canada, Stati Uniti, Corea del Sud, Giappone ed Hong Kong.

Consorzio Cacciatore Italiano

Dal 2003, il Consorzio Cacciatore Italiano svolge le funzioni di informazione, tutela e valorizzazione dei Salamini Italiani alla Cacciatora DOP. Dispone inoltre di poteri di vigilanza, in grado di contrastare abusi, imitazioni, atti di pirateria e contraffazione, su tutto il territorio nazionale e non solo.

Il Consorzio Mortadella Bologna

Da 17 anni il Consorzio Mortadella Bologna valorizza e promuove la Mortadella Bologna IGP. Svolge inoltre attività di contrasto alle imitazioni e alle contraffazioni. Attualmente, il



Facebook: European Authentic Pleasure

Twitter: @European_ape

Instagram: european_ap



Consorzio Mortadella Bologna riunisce 27 aziende che producono circa il 95% di tutta la Mortadella Bologna IGP.

Consorzio Zampone e Cotechino Modena IGP

Il Consorzio Zampone e Cotechino Modena IGP si è costituito nel 2001 e ha come scopo la tutela, la valorizzazione e la promozione del Cotechino Modena IGP e dello Zampone Modena IGP. Fanno parte del Consorzio 14 aziende, che rappresentano i principali produttori di questi due salumi.

Ufficio Stampa

IVSI – Istituto Valorizzazione Salumi Italiani

Tiziana Formisano

346 8734426

formisano@ivsi.it



Facebook: European Authentic Pleasure

Twitter: @European_ape

Instagram: european_ap