

## TRATTATI CON RISPETTO

è una campagna nazionale per l'informazione sulla qualità di frutta e verdura.

La campagna è organizzata da:

*Coldiretti*, l'organizzazione agricola nazionale

*Agrofarma*, l'associazione nazionale imprese agrofarmaci

*l'Intesa dei Consumatori*, che riunisce 4 importanti associazioni in difesa dei diritti dei consumatori  
(Adoc, Adusbef, Codacons, Federconsumatori).



Agrofarma



# TRATTATI CON RISPETTO

Campagna per l'informazione  
sulla qualità di frutta e verdura

Per ulteriori informazioni:

Segreteria organizzativa TRATTATI CON RISPETTO

**Bonaparte 48**

Via Lanzone 31 20123 - Milano

Tel 02 8800971

Fax 02 72010538

[trattaticonrispetto@virgilio.it](mailto:trattaticonrispetto@virgilio.it)



TRATTATI CON RISPETTO è una campagna d'informazione sulla sicurezza della frutta e della verdura, per fare chiarezza sulla qualità del cibo che porti in tavola e che oggi puoi mangiare con tranquillità.

*“L'agricoltura italiana è leader in Europa e nel Mondo per rispetto ambientale e qualità e salubrità degli alimenti offerti. L'avvio di iniziative di informazione sul corretto uso degli agrofarmaci rappresenta una scelta di trasparenza delle imprese agricole nazionali che si impegnano a realizzare, con sempre maggiore efficacia, obiettivi di salvaguardia territoriale e di sicurezza alimentare con il diretto coinvolgimento dei consumatori. E' questa la strada da percorrere per dare il giusto valore alle produzioni del nostro territorio e le necessarie garanzie di qualità ai cittadini che devono poter consumare cibi sani e veder garantita la salvaguardia dell'ambiente in cui tutti viviamo.”*

Paolo Bedoni  
Presidente Coldiretti

*“Il mondo cambia velocemente, sono bastati pochi decenni di anni per cambiare le esigenze in materia di alimentazione. Ci troviamo oggi di fronte ad una svolta dove un'agricoltura articolata deve rispondere a nuove richieste da parte di consumatori che non sono sempre consapevoli né della indispensabilità degli agrofarmaci, né dei progressi continui in termini di sicurezza del cibo, né della necessità di un utilizzo sempre più mirato e ragionato degli stessi agrofarmaci.*

*L'industria degli agrofarmaci crede che sia sua responsabilità, in stretta collaborazione con i partner della filiera, informare in modo chiaro e trasparente il consumatore di quest'evoluzione per dargli piena fiducia nella qualità degli alimenti che porta in tavola.”*

Giorgio Basile  
Presidente Agrofarma

*“La missione dell'Intesa dei Consumatori, nell'interesse dei cittadini, è quella di promuovere sicurezza alimentare e qualità dell'ambiente.*

*L'uso razionale e responsabile degli agrofarmaci serve a favorire l'integrità e la qualità di cibi e a impedire danni all'equilibrio dell'ambiente. La campagna d'informazione “Trattati con rispetto” vuole creare nei consumatori consapevolezza e consumo responsabile.”*

Rosario Trefiletti  
Presidente Federconsumatori  
Portavoce dell'Intesa dei Consumatori

TRATTATI CON RISPETTO è una campagna di informazione sulla qualità di frutta e verdura, organizzata da **Agrofarma**, l'associazione nazionale imprese agrofarmaci; **Coldiretti**, organizzazione nazionale di agricoltori e **l'Intesa dei Consumatori**, che riunisce 4 associazioni in difesa dei diritti dei consumatori (**Adoc, Adusbef, Codacons, Federconsumatori**).

I gazebo di TRATTATI CON RISPETTO saranno in tutte le regioni italiane per rispondere ai vostri dubbi sulla qualità e sicurezza di frutta e verdura, secondo il seguente calendario:

- |   |  |
|---|--|
| 1. DA GIOVEDÌ 19 A VENERDÌ 20 GIUGNO: <b>TORINO</b>               | 12. DA MARTEDÌ 9 A MERCOLEDÌ 10 SETTEMBRE : AOSTA            |
| 2. DA SABATO 21 A DOMENICA 22 GIUGNO: <b>GENOVA</b>               | 13. DA GIOVEDÌ 11 A VENERDÌ 12 SETTEMBRE: <b>BERGAMO</b>     |
| 3. DA MARTEDÌ 24 A MERCOLEDÌ 25 GIUGNO: <b>CAGLIARI</b>           | 14. DA SABATO 13 A DOMENICA 14 SETTEMBRE: <b>TRENTO</b>      |
| 4. DA VENERDÌ 27 A SABATO 28 GIUGNO: <b>CATANIA</b>               | 15. DA MARTEDÌ 16 A MERCOLEDÌ 17 SETTEMBRE:<br><b>VERONA</b> |
| 5. DA LUNEDÌ 30 GIU A MARTEDÌ 1 LUGLIO:<br><b>REGGIO CALABRIA</b> | 16. DA GIOVEDÌ 18 A VENERDÌ 19 SETTEMBRE : <b>TRIESTE</b>    |
| 6. DA MERCOLEDÌ 2 A GIOVEDÌ 3 LUGLIO: <b>POTENZA</b>              | 17. DA SABATO 20 A DOMENICA 21 SETTEMBRE:<br><b>BOLOGNA</b>  |
| 7. DA VENERDÌ 4 A SABATO 5 LUGLIO: <b>BARI</b>                    | 18. DA MARTEDÌ 23 A MERCOLEDÌ 24 SETTEMBRE:<br><b>ANCONA</b> |
| 8. DA LUNEDÌ 7 A MARTEDÌ 8 LUGLIO: <b>SALERNO</b>                 | 19. DA GIOVEDÌ 25 A VENERDÌ 26 SETTEMBRE: <b>AREZZO</b>      |
| 9. DA MERCOLEDÌ 9 A GIOVEDÌ 10 LUGLIO: <b>CAMPOBASSO</b>          | 20. DA SABATO 27 A DOMENICA 28 SETTEMBRE: <b>PERUGIA</b>     |
| 10. DA SABATO 12 A DOMENICA 13 LUGLIO: <b>L'AQUILA</b>            |  |
| 11. DA MARTEDÌ 15 A MERCOLEDÌ 16 LUGLIO: <b>TARQUINIA</b>         |  |



TRATTATI CON RISPETTO



TRATTATI CON RISPETTO

## La frutta e la verdura che porti in tavola fanno bene

*Mangia tanta verdura che ti fa bene. E non dimenticare un frutto ad ogni pasto!*

Gli esperti della nutrizione danno ragione ai consigli delle nonne, perché verdura e frutta sono ricchi di elementi preziosi per la salute dell'uomo.

Per cominciare frutta e verdura sono una importante fonte di **fibra vegetali**, utilissime per mantenere in forma l'intestino, combattere la stitichezza e prevenire malattie tumorali del tubo digerente.

Frutta e verdura contengono poi tante vitamine preziose. La **vitamina C** che si trova in molti ortaggi e nella frutta fresca, (arance, limone...) aiuta l'organismo a difendersi da tutte le infezioni, e può essere assunta solo attraverso l'alimentazione perché il corpo umano non è in grado di produrla autonomamente.

Gli ortaggi a foglia verde sono molto ricchi anche di **vitamina K**, un importante antiemorragico, utile per la calcificazione delle ossa e il buon funzionamento di fegato e reni e di **vitamina B 9**, o **acido folico**, fondamentale per lo sviluppo delle cellule, soprattutto per le donne in gravidanza e nella prevenzione di infarto e ictus.

Gli ortaggi di colore verde così come la frutta e la verdura di colore arancione (carote, peperoni, melone giallo o albicocche) contengono sostanze, chiamate **provitamine**, che una volta assunte vengono trasformate dall'organismo in **vitamina A**, responsabile della buona salute di ossa, denti e vista e nemico delle infezioni dell'apparato respiratorio.

Le vitamine presenti nella frutta e nella verdura sono inoltre dei potenti **antiossidanti**, soprattutto la **vitamina E**, presente negli oli vegetali spremuti a freddo, in grado di bloccare i radicali liberi e di conseguenza l'invecchiamento, i tumori, l'arteriosclerosi.

Un'alimentazione ricca di frutta e verdura è fondamentale anche nella prevenzione del cancro. Le linee guida per la **prevenzione dei tumori** consigliano di scegliere una ricca dieta vegetariana e di mangiare frutta e verdura a volontà, soprattutto cruda.

Ma c'è di più. Anche per il cuore, vittima del colesterolo e di un'alimentazione sbagliata, frutta e verdura sono un elemento prezioso. Una dieta vegetariana con meno del 10% di grassi **previene e contrasta lo sviluppo della malattia coronarica**.

La frutta e la verdura che porti in tavola quindi fanno bene alla salute, apportano la giusta quantità di sostanze nutritive, aiutano a rimanere giovani e in forma più a lungo e sono di grande importanza nella cura e nella prevenzione di molte malattie.

### TUTTE LE VITAMINE DI FRUTTA E VERDURA

I preziosi benefici per la salute apportati da frutta e verdura rischiano però di perdere gran parte della loro forza prima di arrivare sulla nostra tavola. Per salvaguardare maggiormente le vitamine negli alimenti è consigliabile scegliere il più possibile frutta e verdura fresche di stagione, mangiarle con tutta la buccia, ricca di preziose sostanze nutritive, non lasciarle in ammollo troppo a lungo e preferire una cottura al vapore o bollita.

4

TRATTATI CON RISPETTO

## Una pianta sana fa il frutto buono

La frutta e la verdura che porti in tavola è sempre più sicura grazie ai professionisti dell'agricoltura che sanno ben curare le malattie delle piante utilizzando gli agrofarmaci al momento giusto e nelle quantità necessarie.

Gli agrofarmaci, i farmaci delle piante, hanno lo scopo di combattere le infezioni e i parassiti dei prodotti agricoli, perché **solo una pianta sana può offrire un frutto sano e ricco di sostanze nutritive così importanti per la salute dell'uomo, come solo un animale o un uomo in buona salute riesce a dare il meglio di sé**. Inoltre, la pianta attaccata da insetti o malattie può produrre tossine di autodifesa che possono creare problemi per la salute dell'uomo.

In Italia esiste una **normativa estremamente rigida in materia di autorizzazione all'immissione sul mercato di agrofarmaci**. Occorrono circa 10 anni di ricerche, test e controlli prima che sia permessa la vendita di un agrofarmaco. Solo un agrofarmaco che dimostri di non essere rischioso né per la salute umana né per l'ambiente, supera l'esame della Commissione Europea prima, del Ministero della Salute poi, e può essere registrato.

In ogni caso regolari controlli igienico-sanitari sono effettuati da laboratori pubblici, quali ASL, ARPA e altri, durante l'anno su migliaia di campioni proprio per accertare che gli eventuali residui presenti in frutta e verdura rispettino i limiti di legge. I risultati forniscono un quadro rassicurante e in continuo miglioramento. I dati del 2001 dimostrano che su 8.857 campioni analizzati, il 68% è del tutto privo di residui, il 30% ne presenta al di sotto dei limiti di legge e solo l'1.3% presenta residui non regolamentari. Dal 1993 è in costante aumento il numero di campioni senza residuo (dal 30% del 1994 al 68% del 2001).

Questo grazie alla professionalità degli agricoltori italiani sempre più preparati a utilizzare correttamente gli agrofarmaci e grazie ai progressi della ricerca che negli anni ha ottenuto agrofarmaci selettivi ed efficaci a basse dosi d'impiego. Nonostante questi risultati siano largamente rassicuranti, il primo obiettivo di tutti coloro (agricoltori, industria, legislatore, associazioni di consumatori) che lavorano per far arrivare sulla tavola degli italiani frutta e verdura coltivate correttamente, è volto a un costante miglioramento, affinché i prodotti della terra siano buoni, sempre più sicuri e ad un prezzo accessibile perché prodotti in quantità abbondanti.

### CHIAMIAMOLI AGROFARMACI

I prodotti chimici usati in agricoltura per combattere le infezioni e gli attacchi dei parassiti sono stati spesso oggetto di confusione e polemica. Negli anni sono stati usati i nomi più diversi per definirli: fitofarmaci, pesticidi, prodotti fitosanitari, senza mai riuscire a spiegare al consumatore esattamente a cosa servono e perché non se ne può fare a meno. Noi preferiamo parlare di agrofarmaci, che sta per medicine per le coltivazioni agricole, necessarie per assicurare la produzione di frutta e verdura di qualità ad un prezzo accessibile.

5

TRATTATI CON RISPETTO

## IL POMODORO

### La storia

Originario del Messico e dei paesi dell'America centrale il pomodoro fu introdotto in Europa nel 1500 dagli Spagnoli che lo chiamarono con il nome di derivazione Atzeca di *Tumatl*.

Da quando è entrato a far parte della nostra alimentazione gli sono state attribuite molte virtù, fra cui quella di essere afrodisiaco. In realtà il pomodoro è un alimento prezioso, ricco di importanti sostanze nutritive ed estremamente versatile in cucina.

I principali paesi produttori sono gli Stati Uniti, la Russia e l'Italia, dove il pomodoro è diventato un elemento centrale della cucina e dei sapori tipici, esportati in tutto il mondo.

### Proprietà nutritive.

Molte sono le proprietà nutritive e le virtù attribuite al pomodoro, ricco di vitamina A e C e con un alto contenuto di sali minerali, soprattutto potassio. La polpa ha un'azione rinfrescante e diuretica. I semi sono ricoperti da una mucillagine che lubrifica le pareti dell'intestino e la buccia, ricca di cellulosa, si rivela quindi un prezioso alleato dell'intestino. Inoltre i pomodori, soprattutto dopo la cottura, sono la principale fonte in natura di un pigmento rosso, il licopene che ha importanti proprietà antiossidanti e anticancerogene.

Le foglie di pomodoro tritate, se applicate sulla pelle, sono un ottimo rimedio casalingo contro le punture degli insetti.

### Tipologie di Pomodoro

#### *Il verde da insalata*

È un pomodoro tipicamente invernale, diventa rosso chiaro quando matura e qualche volta può risultare acquoso e poco saporito.

#### *Il Grappolo*

Deriva dai tradizionali pomodori "da serbo" cioè maturati in collane o trecce per il consumo invernale. Il frutto è tondo di colore rosso intenso ed è disponibile tutto l'anno, un vero jolly in cucina perché va bene sia cotto, che fresco.

#### *Il ciliegino*

È un pomodoro morbido e dolcissimo, dalla forma tonda e dal bellissimo colore rosso brillante.

Viene prodotto quasi tutto l'anno in Sicilia e il segreto del suo sapore sta anche nell'acqua usata per irrigarlo, molto salata. In cucina è un vero amico, può essere usato in tante ricette: si sposa bene con le insalate miste, si abbina con il pesce, carne e formaggi non troppo saporiti ed è indicato per la preparazione di salse e condimenti veloci.

#### *San Marzano*

Il pomodoro italiano più famoso nel mondo, è estremamente versatile e può essere mangiato in insalata tagliato a rondelle, quando è ancora verde, o usato per fare la salsa o per le conserve quando ormai è rosso.

## LA MELA

### La storia

Originario dell'Asia Orientale il melo si diffonde in Egitto sotto il regno del Faraone Ramsete II (secolo XII a.c.), dove viene coltivato lungo le vallate del fiume Nilo. Da qui arriva in Grecia (già nel IV secolo a.c.) e poi a Roma.

La mela è protagonista di miti e leggende sin dall'antichità, già gli dei dell'Olimpo mordevano una mela per ritornare giovani e contrastare il passare dei secoli, la Guerra di Troia scoppiò proprio a causa di una mela che Paride regalò a Venere. Se in epoca romana, come ricorda Plinio, venivano menzionate una ventina di varietà, oggi se ne conoscono circa 7.000, anche se solo una piccola parte di queste è coltivata per essere messa in commercio. Il melo è oggi coltivato in Cina, Stati Uniti, Russia e in Europa soprattutto in Francia e in Italia del Nord.

### Proprietà nutritive.

La mela rappresenta da sempre il frutto della salute. Facilmente digeribile, dietetica ma ricca di importanti proprietà nutritive, rinfrescante, disintossicante e rilassante la mela è anche un frutto facile da reperire ed economico.

Tra le sue proprietà quella di regolare la flora intestinale e decongestionare il fegato, mentre cotta al forno è un lassativo naturale ed è particolarmente indicata per chi soffre di acidità gastrica. La mela è anche un potente cosmetico naturale, il suo succo è tonificante e rassodante, mentre con la polpa cotta si ottiene una ricca maschera ammorbidente per il viso.

### Tipologie di Mela

#### *Golden delicious*

Una delle mele più diffuse ed amate dai consumatori, soprattutto dai bambini per il ricco contenuto di zucchero. Disponibile sul mercato tutti i mesi dell'anno, è un prodotto italiano caratterizzato dalla buccia giallo-dorata e dalla polpa dolce e profumata. Ideale come ingrediente per la preparazione di torte e crostate.

#### *Granny Smith*

Di colore verde intenso e brillante, anche a piena maturazione, la mela Granny Smith è disponibile sul mercato da settembre a maggio (nei mesi estivi è in vendita solo di importazione). La caratteristica polpa croccante e il sapore fresco ed acidulo ne fanno un frutto molto apprezzato sia a tavola che in cucina, dove viene utilizzata per insalate e sorbetti.

#### *Stark Red delicious*

La mela di Biancaneve, di colore rosso intenso e dalla forma allungata è prodotta anche in Italia ed è disponibile praticamente tutto l'anno tranne i mesi estivi, quando sono in vendita solo prodotti di importazione da altri paesi. Per la sua polpa dolce e farinosa, è l'ideale in cucina per la preparazione di carni e dolci.

#### *Renetta*

Dalle misteriose origini viene citata per la prima volta dal francese Andrieux nel 1771. È in commercio da ottobre ad aprile. Molto amata in tutto il mondo, si riconosce per le grandi dimensioni, la buccia di colore giallo-verdognolo con sfumature rossastre e il caratteristico sapore gradevolmente acidulo ed aromatico. Per queste caratteristiche è indicata, oltre che per il consumo fresco, per preparare la più classica delle torte di mele.

#### *Fuji*

Selezionata per la prima volta nel 1939 nel distretto giapponese di Morioka, questa varietà di mela è oggi coltivata in tutto il mondo. La produzione nazionale è disponibile per tutto l'anno tranne i mesi estivi.

Dalla buccia di un rosso più o meno uniforme, è riconoscibile per la dolcezza e la succosità della polpa.



TRATTATI CON RISPETTO



TRATTATI CON RISPETTO

## ARANCIA

### La storia

Originario del Sud Est Asiatico, dove si coltiva da molti secoli, l'arancio, o *Citrus Sinensis*, si è poi diffuso nel bacino del Mediterraneo e quindi nelle Americhe, dove fu introdotto da Cristoforo Colombo alla fine del XV secolo.

Oggi i maggiori produttori di arance sono il Brasile e gli Stati Uniti, seguiti da Messico, Spagna ed Italia, soprattutto nella regione Sicilia.

### Proprietà nutritive

E' risaputo che l'arancia contiene grandi quantità di vitamina C ed è quindi preziosa per aumentare le difese immunitarie dell'organismo con un alto potere disintossicante.

In cucina l'arancia può essere utilizzata per la produzione di succhi, marmellate, insalate, salse e liquori. Dalla buccia si ottengono ottimi canditi e la si grattugia nella preparazione di salse e dolci.

I gargarismi con succo di arancia sono di giovamento nelle gengiviti e stomatiti, mentre l'infuso che si ottiene dalla scorza ha proprietà digestive e spasmolitiche.

Per una cosmesi naturale dalla polpa del frutto si può ottenere una maschera antirughe, il succo ha invece caratteristiche astringenti e tonificanti.

### Tipologie di Arancia

#### *Moro*

L'arancia Moro è una varietà tipicamente italiana ed è disponibile da dicembre a febbraio.

E' facilmente riconoscibile per la buccia dalle sfumature rosso vinose e per la polpa e il succo dal caratteristico color rosso intenso.

#### *Tarocco*

Tra le qualità più amate e più richieste, l'arancia tarocco è sul mercato da dicembre a maggio.

Di colore giallo-arancio arrossato sulla buccia, si distingue per il profumo e la ricchezza della polpa, oltre che per la ricchezza di succo di colore arancio intenso.

#### *Navel*

Questo gruppo di arance, disponibili da ottobre a tutto maggio, comprende le varietà Navelina, Washington Navel e Navelate.

E' la classica arancia bionda, dalla buccia di un arancio intenso ed uniforme e la forma regolarmente sferica.

Il succo biondo è particolarmente indicato per le spremute di arancia.

## INSALATA

### La storia

Forse originaria della Siberia, la famiglia delle insalate era già coltivata ai tempi dei Romani, come racconta Plinio. Ritenuta piuttosto insipida, veniva consumata preferibilmente associata a foglie aromatizzate di rucetta per dargli un sapore più intenso.

In Italia l'insalata si coltiva soprattutto in Puglia, Campania, Sicilia, Lazio e Abruzzo.

### Proprietà nutritive

Ricca di acqua, vitamine e minerali l'insalata ha grandi proprietà depurative. Grazie al suo contenuto di cellulosa, è un alleato prezioso per riequilibrare l'intestino combattendo la stitichezza e l'irritazione delle mucose intestinali.

In cosmesi si usa il succo di insalata come detergente per le pelli grasse e come decongestionante per pelli sensibili o irritate.

### Tipologie di Insalata

#### *Endivia*

Ne esistono due grandi famiglie: le endivie, o indivie, dette anche cicorie ricce e la varietà comunemente detta scarola. E' disponibile sul mercato tutto l'anno in diverse varietà, alcune invernali e molto resistenti al freddo, altre più precoci che si raccolgono in estate.

#### *Lattuga*

Estremamente diffusa e a ciclo di coltivazione annuale la famiglia delle lattughe si divide in tre grandi gruppi lattughe a cappuccio, con foglie rotondeggianti, lattughe da taglio e lattughe romane.

Il colore varia dal verde chiaro al verde scuro, fino al bruno rossastro.



TRATTATI CON RISPETTO



TRATTATI CON RISPETTO

## LE RICETTE

### POMODORI di riso

#### INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

6 pomodori, 300 grammi di riso, 1 peperone verde, 1 gambo di sedano, 400 grammi di tonno sott'olio, 2 uova sode, alcune olive, 1 cucchiaio di capperi, 1 ciuffo di basilico, 1 ciuffo di menta, il succo di mezzo limone, 4 cucchiaini di aceto, olio d'oliva, sale e pepe.

Cuocere il riso in acqua salata per 10 minuti. Dopo averli puliti e lavati, tagliare il sedano a rondelle ed il peperone a striscioline. Scolare il riso e versarlo in una ciotola, aggiungere succo di limone, sedano, peperone, capperi, olive, tonno e le uova sode sbriciolate. Condire con una salsina preparata sbattendo olio, aceto, sale, pepe ed erbe tritate. Tagliare i pomodori alla sommità, svuotarli e riempirli con l'insalata di riso. Decorare con qualche rametto di menta.

### Torta di MELE nordica

#### INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

1 confezione di pasta frolla surgelata, 750g di mele, 2 tuorli d'uovo, 4 cucchiaini di zucchero, 3 cucchiaini di mascarpone, 100g di liquore alla mela.

Scongela la pasta frolla. Sbucciare le mele, eliminare il torsolo e tagliarle a fettine. Imburrare una teglia di circa 25 cm di diametro, stendere la pasta sul fondo e sui bordi. Disporre le fette di mela nella teglia a mo' di tegole, cospargere con buona parte dello zucchero ed infornare per 15 minuti a 180 gradi, finché la pasta si rapprende, senza arrivare alla cottura. Sbattere i tuorli d'uovo con lo zucchero rimasto, il mascarpone ed il liquore alle mele fino ad ottenere una crema uniforme. Versare la crema nella teglia e ricoprire le mele. Mettere in forno per altri 15 minuti, finché la crema si è rappresa. Servire caldo.

### Insalata all' ARANCIA

1 cuore di indivia, 2 arance, 2 ravanelli, alcune foglioline di menta, olio extravergine di oliva, sale e pepe. Disporre l'indivia sul piatto da portata. Tritare 1 ravanello e la menta e distribuirli sulle foglie. Sbucciare le arance, tagliarne a spicchi 1 e 1/2 ed aggiungerle sul piatto. Condire il tutto con il succo dell'altra mezza arancia ed aggiungere sale, pepe ed olio.

### Risotto con la LATTUGA

#### INGREDIENTI PER 6 PERSONE:

500 gr di lattuga, 250 gr di riso, 1 cipolla, olio d'oliva, 1 bicchiere di vino bianco secco, una tazza di brodo, una manciata di pinoli e parmigiano. Tagliare bene la lattuga a listarelle e farla appassire nell'olio extravergine d'oliva insieme con la cipolla tritata. Aggiungere il riso, mescolarlo e farlo insaporire bene. Unire quindi il vino, continuando a mescolare mentre la cottura prosegue; se il risotto si asciuga aggiungere, poco alla volta, altro brodo. A cottura ultimata, prima di spegnere il fuoco, unire i pinoli, il parmigiano grattugiato e un filo di olio extravergine. Mescolare bene e servire.

## 10 DOMANDE IN MATERIA DI SICUREZZA ALIMENTARE

### 1. Cosa sono e a cosa servono gli agrofarmaci?

- Le piante sono soggette ad infezioni, malattie ed attacchi da parte dei parassiti che rischiano di essere molto dannosi per i prodotti agricoli.
- Come per l'uomo la scienza ha messo a punto dei farmaci per la cura di queste avversità, che contribuiscono a farci arrivare in tavola frutta e verdura sempre più sana.
- L'agrofarmaco quindi è un alleato della natura, necessario quanto necessari sono gli altri fattori che concorrono a fare una buona e sana agricoltura.

### 2. Da pesticidi ad agrofarmaci che cosa è cambiato?

Da quando la prima generazione di agrofarmaci è arrivata sul mercato italiano, l'industria ha investito notevolmente nella ricerca, all'inizio soprattutto per migliorare l'efficacia di questi prodotti, dagli anni 90 anche grazie alla spinta dell'opinione pubblica e dei consumatori, per renderli più selettivi per la fauna utile, meno tossici per l'uomo e a più basso impatto sull'ambiente.

Inoltre, il consumatore chiede giustamente sempre più chiarezza su questo tema; è per questo che oggi si preferisce parlare di agrofarmaci, cioè farmaci per la salute delle colture agricole, per far capire in modo chiaro a cosa servono i prodotti e perché non se ne può fare a meno.

### 3. Perché ci sono residui di agrofarmaci nella frutta e nella verdura?

Per produrre un risultato soddisfacente sulle colture trattate, l'azione degli agrofarmaci (come per una medicina) deve avere una **durata sufficiente** sia per combattere il nemico della coltura che si vuole curare che per degradarsi. Pur subendo un processo di degradazione dal momento del suo impiego l'agrofarmaco può, al livello di tracce, essere ancora presente sulla pianta e sul frutto al momento della raccolta.

I risultati dei controlli dimostrano che il 68% dei campioni è del tutto priva di residui mentre il restante 30% dei campioni contiene residui in quantità inferiori agli attuali limiti di legge fissati a tutela della salute dell'uomo.

#### 4. Bisogna aver paura degli eventuali residui di agrofarmaci negli alimenti ?

No. L'Organizzazione Mondiale della Sanità, la Commissione Europea e le Autorità Nazionali dei singoli paesi stabiliscono per legge il livello massimo di residui negli alimenti che, in base alla composizione chimica, non è ritenuto nocivo per l'uomo in quanto, allo stato delle conoscenze scientifiche, tale livello è valutato di molto al di sotto di quanto si potrebbe ingerire ogni giorno della vita senza comunque subire un danno per la salute. La presenza di residui al di sotto dei limiti legali quindi non costituisce un rischio apprezzabile per il consumatore, ma anche la presenza saltuaria di residui di poco al di sopra di questi stessi limiti può non essere un problema poiché essi sono stati calcolati applicando un margine di sicurezza ampio e cautelativo.

#### 5. Chi controlla produzione e corretto impiego degli agrofarmaci?

Per primo c'è il controllo ufficiale del **Ministero della Salute** (in particolare attraverso le **Asl** e le **Arpa**) finalizzato a verificare e garantire la conformità dei prodotti agricoli alle disposizioni vigenti e a prevenire i rischi per la salute pubblica.

Inoltre, sia il **Ministero delle Politiche Agricole e Forestali** che ha il compito di accrescere la conoscenza dell'uso degli agrofarmaci e la responsabilità degli operatori del settore nel loro impiego, sia le organizzazioni di produttori più evolute che puntano a migliorare la qualità delle loro produzioni, sia la grande distribuzione per fidelizzare la clientela effettuano durante l'anno controlli sistematici sulla frutta e la verdura.

#### 6. Come possiamo ridurre l'eventuale presenza di agrofarmaci negli alimenti?

Lavare bene la frutta e la verdura è necessario prima di tutto per motivi di igiene, poi per essere certi di aver rimosso eventuali residui rimasti sulla buccia, ma anche per scongiurare i possibili rischi di intossicazione alimentare dovuti ad esempio a immagazzinamento inadeguato ecc.

#### 7. Ci sono particolari frutti o verdure che tendono a trattenere più residui di altri?

Ci sono prodotti che tendono a trattenere più residui di altri per un particolare tipo di coltivazione o di forma. La normativa vigente stabilisce dei requisiti specifici per ogni tipo di frutta e verdura, tenendo conto anche di quest'elemento, molto rilevante per la sicurezza dei consumatori, nel fissare per esempio il tempo che deve trascorrere tra l'ultimo trattamento e la raccolta (tempo di carenza).

#### 8. Gli agrofarmaci cambiano il gusto degli alimenti ?

Per essere autorizzato alla vendita, un agrofarmaco deve anche dimostrare di non alterare le caratteristiche organolettiche degli alimenti. Per verificare tutto questo esistono precisi protocolli, per esempio un prodotto non potrebbe essere autorizzato all'impiego sulla vite se avesse una azione negativa sul gusto del vino.

#### 9. L'agricoltura biologica usa gli agrofarmaci?

Sì, usa certi tipi di agrofarmaci autorizzati da un regolamento europeo specifico. L'agricoltura biologica copre circa il 5 % della produzione nazionale agricola.

#### 10. Posso stare tranquillo e mangiare frutta e verdura?

Sì, mangia tranquillo frutta e verdura che ti fa bene.



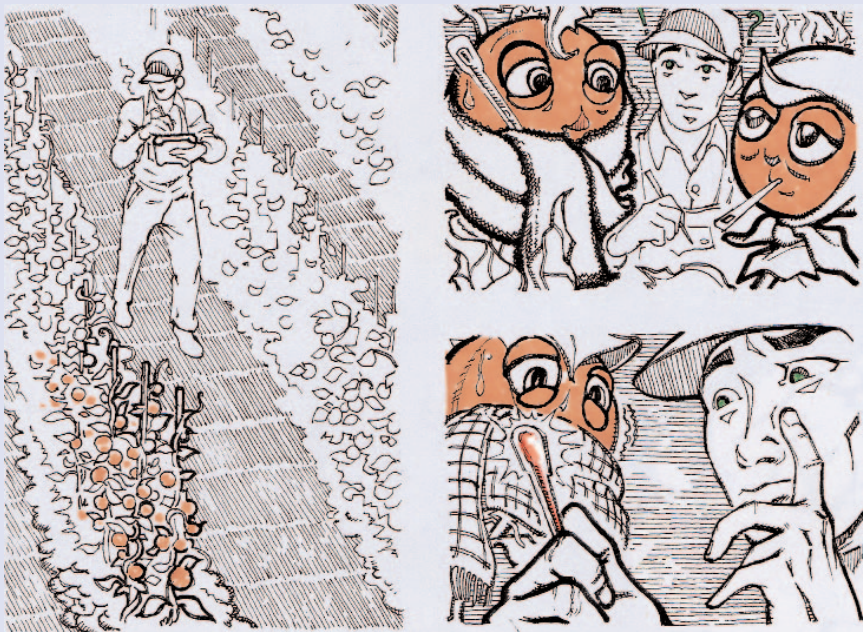
12

TRATTATI CON RISPETTO



13

TRATTATI CON RISPETTO



**Agrofarma**, è l'associazione nazionale imprese agrofarmaci.

Dal 1987 rappresenta le imprese del settore degli agrofarmaci, i prodotti chimici per la difesa delle colture dai parassiti animali e vegetali. L'Associazione sostiene gli interessi comuni del comparto anche diffondendo presso l'opinione pubblica la nuova cultura dell'agrofarmaco: un alleato della natura, necessario quanto necessari sono gli altri fattori che concorrono a fare una buona e sana agricoltura.

**Agrofarma**

Via Giovanni da Procida, 11 - 20149 Milano  
 Tel 02 34565229 fax 02 34565331  
<http://agrofarma.federchimica.it> e-mail: [agrofarma@federchimica.it](mailto:agrofarma@federchimica.it)

**Coldiretti**

La Coldiretti, presieduta attualmente da Paolo Bedoni, è una Organizzazione fortemente radicata nel Paese, costituita da 18 Federazioni regionali, 98 Federazioni provinciali, 765 Uffici di zona e 9.812 sezioni periferiche. La presenza sul territorio è accompagnata dalla consolidata rappresentatività che fa della Coldiretti la principale Organizzazione Agricola a livello nazionale e tra le prime a livello europeo. Tra gli associati alla Coldiretti figurano oltre 568.000 imprese agricole, che rappresentano il 52% di quelle iscritte alle Camere di Commercio.

**Confederazione Nazionale Coltivatori Diretti**

Via XXIV Maggio, 43 - 00187 Roma  
 Tel 06 46821 Fax 06 4682305  
[www.coldiretti.it](http://www.coldiretti.it) e-mail: [coldiretti@coldiretti.it](mailto:coldiretti@coldiretti.it)

**L'Intesa dei Consumatori**

riunisce 4 associazioni in difesa dei diritti dei consumatori (**Adoc, Adusbef, Codacons, Federconsumatori**).  
[www.intesaconsumatori.it](http://www.intesaconsumatori.it)

**ADOC** - Associazione per la Difesa e l'Orientamento dei Consumatori  
 via Lucullo, 6 - 00187 Roma  
 tel. 06 4825849 fax 06 4819028  
[www.adoc.org](http://www.adoc.org)  
[adoc@intesaconsumatori.it](mailto:adoc@intesaconsumatori.it)

**CODACONS** - Coordinamento delle Associazioni per la Difesa dell'Ambiente e la Tutela dei Diritti di Utenti e Consumatori  
 viale Mazzini, 73 - 00192 Roma  
 tel. 06 3725809 fax 06 3701709  
[www.codacons.it](http://www.codacons.it)  
[codacons@intesaconsumatori.it](mailto:codacons@intesaconsumatori.it)

**ADUSBEF** - Associazione Difesa Utenti Servizi Bancari, Finanziari, Postali ed Assicurativi  
 Via L. Farini, 62 - 00185 Roma  
 tel. 06 4818632 fax 06 4818633  
[www.adusbef.it](http://www.adusbef.it)  
[adusbef@intesaconsumatori.it](mailto:adusbef@intesaconsumatori.it)

**FEDERCONSUMATORI** - Associazione Nazionale Consumatori e Utenti aderente alla Confederazione Consumatori e Utenti  
 via Palestro, 11 - 00185 Roma  
 tel. 06 42020759 fax 06 47424809  
[www.federconsumatori.it](http://www.federconsumatori.it)  
[federconsumatori@intesaconsumatori.it](mailto:federconsumatori@intesaconsumatori.it)

