

Iscriviti alla newsletter

RACCONTI DI CUCINA

Cerca la ricetta

NEWS RICETTE WINE & COCKTAILS EVENTI LOCALI VIDEO

Inchieste Personaggi



SPESA SOSTENIBILE

Data di scadenza dei cibi, da «consumarsi entro» o «preferibilmente entro»: sai leggere un'etichetta?

DI FEDERICA MACCOTTA

Ecco le differenze tra le varie indicazioni che si trovano sulle confezioni di cibo, utili da conoscere per evitare sprechi e la campagna di Too Good To go per un'etichetta consapevole



Di fronte alla data di scadenza di un cibo, il **67 per cento degli italiani** non ha le idee chiare su come comportarsi. A dirlo è un'indagine di Altroconsumo del 2020, secondo cui solo il 37 per cento dei consumatori non ha incertezze sulla *shelf-life*, la «vita da scaffale» dei prodotti confezionati. Un dato che spiega in parte i **nove milioni di tonnellate di cibo sprecato** ogni anno in Europa: una quantità di pane, verdura e pasta che finisce in spazzatura insostenibile dal punto di vista economico, ambientale ed etico. Per combattere l'analfabetismo da etichetta è utile imparare a leggere la data di scadenza sulle confezioni. Che, è bene saperlo, non ha sempre lo stesso significato. Per questo la app Too Good To Go lancia l'iniziativa dell'«Etichetta consapevole».

Come si legge un'etichetta

L'indicazione della durata di un cibo deve, per legge, essere **presente su tutti i prodotti confezionati**. Su quelli freschi da banco spesso si trova invece la data in cui sono stati confezionati: che si tratti di un

LE ULTIME RICETTE COOK

PRIMI PIATTI

La ricetta del risotto con formaggio stafforella, asparagi e nocciole dello chef Alessandro Proietti Refrigeri



SECONDI PIATTI

La ricetta del sashimi di trota dello chef Marco Sacco



PRIMI PIATTI

La ricetta della carbonara



filone di pane o di una lasagna già pronta, la vita media è di qualche giorno, conservandoli in modo corretto. È chi mangia a dover valutare fino a quando sono commestibili, di solito usando il buon senso. Diverso, invece, il discorso per i cibi confezionati, su cui si può leggere la dicitura «**da consumarsi entro**» o «**da consumarsi preferibilmente entro**». È quella singola parola, «preferibilmente», a fare la differenza. Conoscerla bene significa evitare di buttare via, per errore, ingredienti ancora in perfetto stato.

LEGGI ANCHE

- Come leggere le etichette alimentari (senza farsi influenzare dagli slogan)
- Dallo zucchero nell'hamburger all'uovo nel tacchino, i 7 ingredienti nascosti più comuni nel cibo
- Come organizzare la dispensa in casi di emergenza e cosa acquistare al supermercato

Data di scadenza, cosa vuol dire «da consumarsi entro»

Sui prodotti freschi confezionati (dal latte allo yogurt, dalla pasta fresca ai derivati di carne e pesce) deve fare bella mostra di sé la **data di scadenza**, ovvero «**da consumarsi entro**». Si tratta di cibi che non hanno una vita particolarmente lunga e che, passato un certo lasso di tempo, **possono alterarsi mettendo a rischio chi li consuma**. In questo caso l'indicazione è perentoria: passata la data di scadenza non bisognerebbe portarli in tavola, per evitare problemi. Il che non significa lavarsi la coscienza quando si getta via mezzo cartone di latte o una confezione di ravioli: per limitare gli sprechi, in questo caso, è utile non comprare cibo in eccesso e tenere in ordine il frigorifero in modo che i prodotti più vicini alla fine vengano consumati per primi.

Data di scadenza, cosa vuol dire «da consumarsi preferibilmente entro»

Diverso è il discorso per il **termine minimo di conservazione**, abbreviato in Tmc. Questo si trova su prodotti che hanno una vita più lunga rispetto ai freschi, come la pasta, i biscotti, la passata di pomodoro. L'indicazione? «**Da consumarsi preferibilmente entro**». Che significa che dopo la data riportata **possono variare le proprietà organolettiche**, senza per questo rappresentare un rischio. Le fette biscottate sono magari meno fragranti, la salsa meno profumata, ma non significa che non possono essere consumate e devono finire nella pattumiera. Il pane in cassetta si mantiene una settimana dopo il termine minimo di conservazione, per pasta e riso si guadagnano fino a due mesi, il tonno sott'olio può essere aperto **anche un anno dopo**. Una differenza non da poco: secondo una ricerca del 2018, il 10 per cento dello spreco alimentare in Europa è collegato alla sbagliata interpretazione delle due diciture (data di scadenza e Tmc) sulle confezioni.

 L'etichetta consapevole

L'etichetta consapevole

L'etichetta consapevole

Proprio su questo si basa la campagna lanciata da **Too Good To Go** (app che permette di comprare a prezzi ridotti prodotti vicini alla scadenza, salvandoli dallo spreco) e che arriva in Italia in occasione della Giornata mondiale dell'ambiente, il 5 giugno. Si tratta dell'«**Etichetta consapevole**»: accanto al Tmc viene aggiunta la scritta «**Spesso buono oltre**», accompagnata da tre simboli che invitano a usare i propri sensi per valutare se il prodotto in questione è ancora buono. Con vista, olfatto e gusto si possono salvare tanti cibi dall'equivoco del «preferibilmente», è la logica dell'iniziativa. Lanciata a febbraio a livello europeo, ora l'etichetta **arriva anche sugli scaffali italiani**: si trova già su alcuni prodotti a marchio NaturaSi, Salumi Pasini e Wami. Altre aziende come Granarolo, Fruttigel, Bel Group, Gruppo VèGé, Raspini Salumi, Nestlé, Danone e Olio Raineri si sono impegnate ad aggiungere l'«**Etichetta consapevole**» su alcune referenze nel corso del 2021. Inoltre è disponibile un sito dedicato al tema (www.spessobuonooltre.it).

Leggi anche

Cibi scaduti: gli insospettabili che si possono mangiare anche a distanza di mesi (e oltre)

Nel frigo? Ogni cibo ha il suo posto (e il latte non va mai nella porta)

Come organizzare la dispensa in casi di emergenza e cosa acquistare al supermercato

«**au Koque**»
dello chef
Marco Sacco



Da settimane il clima che si respira per le strade di New York è quello di una effettiva ripartenza

GLI ARTICOLI PIÙ V

Morto Paolo Armando, «da di MasterChef 4: stroncato infarto

Pane e panettieri, i migliori Nord a Sud secondo Giancarlo Rosso

Idee fresche in tavola: le ottime insalate di pasta da volo

Pizza, la ricetta perfetta per casa

LE RICETTE PIÙ VIS

PRIMI PIATTI

La ricetta dei tortiglioni salmone e pistacchi (pronti in 15 minuti)

PRIMI PIATTI

Trionfo di verdure per quattro persone

Pasta fredda al pomodoro

PIZZA PANE FOCACCIA

Pane italiano

31 maggio 2021 (modifica il 31 maggio 2021 | 17:31)

(©) RIPRODUZIONE RISERVATA

ULTIMI ARTICOLI DI COOK

L'INIZIATIVA

Junior chef campus, ecco il corso estivo per giovanissimi aspiranti chef

LOCALI

Dove mangiare a Milano a meno di 25 euro: dal kebab perfetto al pane ripieno georgiano

L'INTERVISTA

Giovanni Soldini, velista dei record e chef: «Con un bicchiere d'acqua cucino la pasta per tutto il team»

L'EVENTO

Il Pinot Grigio Santa Margherita compie 60 anni: «Icona negli Usa, ora puntiamo sull'Italia»

Carne, il modo migliore (e più sicuro) per scongelarla

IL WORKSHOP

La ristorazione cerca personale, parte la selezione per 800 candidati: come fare

CORTINA D'AMPEZZO

Genesis, l'evento ideato da Riccardo Gaspari per scoprire la cucina delle origini

TREND

Involcini di carta di riso: il modo più fresco per mangiare verdura d'estate

IL CASO

Quanto dare di mancia al ristorante nella post-pandemia? Il dibattito dagli Stati Uniti

IL PERSONAGGIO

Dario Cecchini: «Apro due locali in Franciacorta. E vi spiego come essere carnivori con coscienza»

ANTIPASTI

Antipasti veloci
Antipasti di pesce
Antipasti estivi
Antipasti vegani
Antipasti freddi
Antipasti semplici
Antipasti di carne
Antipasti caldi

FINGER FOOD

LIEVITATI

Pizza
Pane
Focaccia
Focaccia veloce
Pane veloce
Pizza veloce

PRIMI PIATTI

Gnocchi
Pasta
Riso
Risotti
Zuppe
Minestre
Vellutate
Primi di carne
Primi di pesce
Primi freddi
Primi veloci
Primi estivi

SECONDI PIATTI

Secondi veloci
Secondi di pesce
Secondi freddi
Secondi estivi
Secondi facili
Secondi al forno
Secondi light

INGREDIENTI

Zucchine
Melanzane
Lenticchie
Carciofi
Cavolfiore
Zucca
Verza
Quinoa
Asparagi
Broccoli
Ceci

CONTORNI

Contorni veloci
Contorni estivi
Contorni invernali
Contorni semplici

INSALATE

RICETTE REGIONALI

Sicilia
Puglia
Toscana
Calabria
Piemonte
Veneto
Abruzzo
Lombardia
Liguria
Umbria
Friuli

TORTE SALATE

Torte salate vegetariane
Torte salate veloci

PIATTI UNICI

CUCINA ETNICA
India

DOLCI

Biscotti
Torte
Biscotti veloci
Dolci alla frutta
Dolci al cucchiaino
Crema
Dolci veloci
Gelati
Dolci al cioccolato
Gelati

CORRIERE DELLA SERA

Abbonati a Corriere della Sera | Gazzetta | El Mundo | Marca | RCS Mediagroup | Fondazione Corriere | Fondazione Cutuli | Servizi | Scrivi | Cookie policy e privacy
Quimamme | OFFERTE CORRIERE STORE | Codici Sconto



Copyright 2021 © RCS Mediagroup S.p.a. Tutti i diritti sono riservati | Per la pubblicità : RCS MediaGroup SpA - Direzione Hamburg Declaration

Pubblicità

RCS MediaGroup S.p.A. - Divisione Quotidiani Sede legale: via Angelo Rizzoli, 8 - 20132 Milano | Capitale sociale: Euro

270.000.000,00

Codice Fiscale, Partita I.V.A. e Iscrizione al Registro delle Imprese di Milano n.12086540155 | R.E.A. di Milano: 1524326 |

ISSN 2499-0485