

# Additivi alimentari: cosa c'è da sapere?

**M**olta confusione sotto il cielo: una massima che si rivela vera in svariati ambiti, ma che, quando parliamo di additivi e industria alimentare, comincia a preoccupare. L'informazione disponibile non è delle migliori, quasi come se qualcuno volesse nascondere la palla.

## Lo strenuo abuso dei finti colori

«I coloranti hanno lo scopo di soddisfare l'occhio migliorando la presentazione di un prodotto e quindi la sua appetibilità. Sono sostanze contro le quali spesso ci scagliamo accusandole di danneggiare la nostra salute; tuttavia, poi accade che sugli scaffali di vendita l'aranciata colorata ha un maggior successo commerciale rispetto a quella meno appariscente. Per lo stesso motivo siamo convinti che tutto ciò che ha sapore di menta, chissà perché, debba essere verde, e così succede che ci troviamo il colorante verde perfino nei dentifrici».

Marina Mariani e Stefania Testa

■ Per questo motivo salutiamo con piacere la nuova edizione aggiornata de "Gli additivi alimentari", scritto da Marina Mariani e Stefania Testa: un manuale di sopravvivenza che passa in rassegna tutto ciò che potremmo ingerire... a nostra insaputa. In verità, gli additivi vengono segnalati in etichetta ma, a volte, siamo talmente abituati e andiamo così di fretta che non ci facciamo caso.

■ Il libro innanzitutto distingue tra additivi buoni e cattivi e insegna a riconoscerli attraverso le sigle. Coloranti, conservanti, antiossidanti, stabilizzanti, addensanti, emulsionanti, edulcoranti, esaltatori del gusto: di che cosa si tratta? E c'è, per caso, qualche sostanza che sarebbe meglio evitare?

■ E poi gli imballaggi: qui è un profluvio di plastiche e carta. Da conoscere anche le operazioni "stetiche" effettuate su frutta e verdura per sverdimento e stimolo alla maturazione. Così come sono molto istruttivi i capitoli dedicati agli interferenti o distruttori endocrini (il capitolo si chiama "Peggio di Attila") e agli OGM ("un nome, una fregatura").

■ Ci sono anche le sostanze che non vengono aggiunte



Autodifesa alimentare

Marina Mariani, Stefania Testa

## Gli additivi alimentari

Macro Edizioni  
Pagine 200  
euro 12,90

deliberatamente agli alimenti ma che comunque si ritrovano nei medesimi: molecole inquinanti come la diossina o anche l'acrilammide, su cui negli ultimi anni si incentrano i warning di tossicità.

■ Scrivono le autrici: «Non sono rari i casi in cui l'aggiunta di additivi potrebbe essere resa superflua da una buona tecnica industriale che preveda l'adozione di corrette norme igieniche lungo tutta la filiera produttiva». Già.

€7

DI SCONTO

Spedizione Gratis  
Diritto di Reso Gratis

Valido per acquisti superiori a €47 su [macrolibrarsi.it](http://macrolibrarsi.it) entro il 31 Marzo 2017

Codice: 2TXFD