

UN GELATO GONFIO D'ARIA

Proprio così, altrimenti non si potrebbe leccare, ma se ce n'è troppa?

Il trucco più diffuso è quello di far incorporare molta aria al gelato nella fase di centrifugazione e omogeneizzazione, in modo da aumentare artificialmente il volume e vendere meno "peso". **Il gelato si può leccare proprio perché dentro c'è l'aria** (altrimenti sarebbe duro come il burro), ma secondo buona tecnica questa non deve superare il 100% (50% nei gelati di frutta). Quando un gelato si lecca troppo facil-

mente e si scioglie troppo facilmente in bocca significa che c'è troppa aria: ma non è una frode, perché non esiste una legge sui gelati. I produttori industriali si sono però dati un "codice di comportamento" per quanto riguarda la percentuale di aria. È illegittimo invece (ma i gelatai artigiani non lo sanno) chiamare "cioccolato" il corrispondente gelato venduto sfuso: infatti, per legge la denominazione "cioccolato" è riservata soltanto al prodotto che abbia almeno il 25% di cacao, mentre nei gelati tale percentuale varia intorno al 10%. Si dovrebbe chiamare "al gusto di cioccolato"; per gli altri tipi non ci sono norme.

Chi vuole un gelato senza coloranti lo scelga al latte, alla crema, al cioccolato, al caffè o alla panna: solo questi tipi non si possono colorare (decreto ministeriale n. 209/1996). Se poi un gelato artigianale o industriale è dichiarato con "ingredienti naturali" deve essere fatto con ingredienti naturali, per esempio con vera frutta e non con aromi

di frutta, altrimenti il produttore rischia una multa fino a 5 milioni e l'incriminazione per frode in commercio.

Per quanto riguarda gli aspetti nutrizionali, il ghiacciolo è praticamente costituito da acqua, più un po' di succo o aroma di frutta, zucchero e, solitamente, un colorante: non può esse-

re considerato un alimento e contiene poche calorie; la granatina è la versione tritata del ghiacciolo. Ma se si parla di un gelato fior di latte al cacao il discorso cambia. L'ingrediente base di ogni gelato tradizionale, infatti, è il latte, liquido o in polvere. Grosso modo, in un gelato con base di latte e al gusto di cioccolato vi è un 60% di latte, un 13% di zucchero o glucosio (che è uno zucchero più semplice), un 12% di panna, un 10% di cacao e un 4% di tuorlo d'uovo. **Questi ingredienti sono alimenti a tutti gli effetti** e, per un ragazzo, un gelato del genere può sostituire benissimo una merenda, mentre un adulto che fa pasti normali e che ha bisogno di meno calorie deve stare attento al bilancio energetico della giornata.

C'è comunque il modo di fare una scelta consapevole e razionale del gelato più adatto alle proprie esigenze, in quanto il "codice di autodisciplina per i prodotti della gelateria industriale", che si sono dati i maggiori produttori, stabilisce precisi parametri e requisiti del gelato confezionato. Il consumatore deve fare attenzione alla denominazione commerciale del prodotto. Per esempio, chi sceglie un "gelato al latte magro" (bisogna guardare la sottodenominazione che sta subito dopo quella di fantasia) avrà la certezza di acquistare un gelato con non più l'1,5% di grasso del latte. Può andare be-

ne quindi per chi sta a dieta, ma occorre leggere l'etichetta per vedere se ci sono grassi vegetali, che per questo tipo non sono esclusi. Infatti, chi non desidera grassi diversi da quelli del latte, come olio di cocco, di palma, grassi idrogenati, eccetera, deve scegliere il "gelato al latte" o il "gelato alla crema", poiché non possono contenerli. Il gelato "allo yogurt" deve contenere vero yogurt almeno per il 40%. Quello "alla crema di latte" o "alla panna", per i più go-

Il gelato non deve mai essere troppo freddo: altrimenti le papille non percepiscono bene i sapori

Occorre usare ingredienti freschi e genuini, lavare bene la frutta e controllare i componenti della gelateria



5 milioni di euro di multa per chi dichiara ingredienti "naturali" ma usa quelli artificiali



losi, deve avere almeno l'8% di crema di latte e il 2,5% di proteine.

Va rilevato che si tratta di norme volontarie, seppure vincolanti per le aziende, in quanto non esiste alcuna legge che prescriva quantità minime degli ingredienti dei gelati. Studiando il codice, si apprende che bisogna fare attenzione alle denominazioni dei gelati alla frutta: se, per

esempio, sulla confezione c'è scritto gelato "alla banana", dovrà esserci almeno il 15% di banana, ma se c'è scritto "al gusto" di

banana la quantità di frutto è sensibilmente inferiore e imprecisata, oppure può essere soltanto aroma. Il gelato non deve avere poi un peso inferiore a 500 grammi per litro: se così fosse, vuol dire che l'aria incorporata durante la lavorazione è eccessiva e supera il massimo consentito. Anche il residuo secco (la sostanza solida del gelato) non deve essere inferiore a una percentuale che, secondo i tipi, varia dal 15% (ghiaccioli) al 45% (semifreddo). Infine,

non possono essere usati dolcificanti artificiali e frutta conservata con anidride solforosa e solfiti. ■

Il gelato, specie se a base di latte, ha un certo numero di calorie: bisogna tenerne conto se si deve rispettare una dieta



I CONSIGLI PER IL "FAI DA TE"

Naturalmente si può fare il gelato anche in casa comprando una gelatiera, il cui prezzo medio si aggira intorno ai 100 euro, ma può superare anche i 300, a seconda del modello.

● **Ci sono due tipi di gelatiere: le autorefrigeranti e quelle con liquido refrigerante.**

Le prime sono autonome e funzionano come dei mini-freezer, perché il freddo viene prodotto da un compressore in pochi minuti. Le seconde hanno un cestello (dove si inseriscono gli ingredienti) con una doppia parete, dentro la quale c'è un liquido refrigerante; tale cestello esso va preventivamente messo nel freezer e, solo una volta raffreddato, riempito con gli ingredienti e rimesso nella gelatiera. In ambedue comunque c'è una pala azionata dal motore che porta la miscela alla consistenza desiderata rendendola cremosa.

● Le gelatiere autorefrigeranti sono più veloci e professionali, anche se un po' più ingombranti; scegliendo quelle con il liquido refrigerante bisogna prendere le misure del freezer per verificare che il cestello vi entri.

● I gelati sostanzialmente si dividono in due categorie: quelli a base di crema (con latte, panna, uova e altri ingredienti) e quelli a base di frutta (con acqua, zucchero, polpa di frutta e altri ingredienti). Una volta preparata la miscela desiderata, prima di introdurla va tenuta in frigo per almeno un'ora e inserita solo quando la pala è in movimento; più basse sono le temperature degli ingredienti utilizzati, minore è il tempo di preparazione del gelato.

● Per quanto riguarda l'acquisto della gelatiera, sono senz'altro preferibili gli apparecchi che hanno il marchio Imq, l'istituto delegato per legge a verificare e certificare la sicurezza dei prodotti elettrici.

