

Troppi chef in televisione sono un pericolo per l'organismo

- 1 maggio 2013
- [Società e Costume](#)
- [Commenta](#)



Dalle ricette in tv dei grandi chef non sempre benefici (Fonte: Internet)

Troppa cucina in tv, troppi chef e alla fine anche il nostro organismo ne risente.

A finire sotto accusa, in particolare, sono i grandi chef del Regno Unito, vere e proprie celebrità, anche in televisione, i cui menù, secondo uno studio dell'università di Coventry, pubblicato sulla rivista "Food and Public Health", incoraggiano la gente a mangiare cibi e piatti grassi.

Un gruppo di nutrizionisti ha infatti testato oltre 900 ricette di 26 chef stellati, scoprendo che l'87% non rispetta le raccomandazioni del governo per una cucina salutare. Solo il 13% usa ingredienti per creare pasti sani, in linea con le indicazioni della Food Standards Agency's (Fsa), l'ente governativo britannico per la ricerca sulla sicurezza alimentare.

In particolare, anche se gli scienziati non vogliono fare nomi, molte delle ricette dei grandi chef, pubblicate sui libri di cucina, contengono livelli eccessivi di acidi grassi saturi, zuccheri e sale, che sono collegati a obesità, diabete e malattie cardiache.

Che la loro cucina non fosse sempre un toccasana per la salute, lo aveva già dimostrato un altro studio, pubblicato lo scorso dicembre sul "British medical journal", che aveva messo a confronto i cinque libri di ricette più venduti su amazon.com, con i piatti pronti di alcuni grandi marchi, scoprendo che nè questi, nè le ricette dei grandi cuochi rispettavano gli obiettivi e le quantità indicate dall'Oms per prevenire malattie.

Ma l'Italia corre ai ripari e cinque grandi chef Filippo La Mantia, Andrea Berton, Giancarlo Morelli, Davide Oldani e Luca Barbieri, insieme alla Lega italiana lotta contro i tumori (Lilt) hanno dato, nel libretto intitolato "Prevenzione, in primo piano anche a tavola", i loro suggerimenti per prevenire il cancro a tavola.

In altri termini hanno suggerito piatti semplici ed elaborati insieme, dalla zuppa di pesce, alla tartare di ortaggi, al risotto con il gambero crudo, per convincere gli italiani che una dieta sana può andare a braccetto col gusto a tavola. E in un altro libretto lo chef Heinz Beck ha pensato anche ai piatti per i più piccoli.

© riproduzione riservata

http://www.laprovinciadico.com.it/stories/Societ%C3%A0%20e%20Costume/371480_troppi_chef_in_televis_ione_sono_un_pericolo_per_lorganismo/