

Arrivati a casa... subito in frigorifero

Come conservare al meglio pesce, crostacei e molluschi

- Eviscerate subito il pesce acquistato, lavate con cura, lasciatolo sgocciolare e poi cucinalo o conservatelo in frigorifero o congelatore, all'interno di un contenitore ben chiuso fino al momento della cottura.
- Crostacei e molluschi sono molto delicati e si deteriorano rapidamente: riponili sempre nello scomparto più freddo del frigorifero.

Consigli pratici per la sicurezza in cucina

- Consuma i prodotti entro 24 ore dall'acquisto.
- Usa sempre taglieri, coltelli e utensili puliti.
- Previene le contaminazioni crociate: tieni separati pesce, carne e verdure e non utilizzare gli stessi utensili per alimenti diversi.
- lava accuratamente le mani e pulisci bene i piani di lavoro dopo ogni preparazione.



Non ricongelare i prodotti già scongelati
Ricongelare gli alimenti una volta scongelati favorisce la rapida moltiplicazione dei germi e può compromettere la sicurezza del prodotto.

Questo opuscolo nasce come strumento pratico e informativo, pensato per i consumatori che desiderano gustare in sicurezza i prodotti della pesca, protagonisti immancabili delle tavole natalizie.

Il consumo di pesce e frutti di mare è in costante crescita e rappresenta una delle tendenze più significative nelle nuove scelte alimentari.

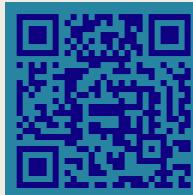
Oggi il consumatore presta sempre maggiore attenzione all'origine dei prodotti, alla biodiversità, alle proprietà nutrizionali e agli aspetti di sostenibilità.

Tutti elementi che rendono il pesce un alimento centrale di una dieta sana ed equilibrata.

Con questo spirito, l'Istituto Zooprofilattico Sperimentale del Lazio e della Toscana e Assoittica Italia hanno realizzato questa guida, per offrire informazioni chiare e utili a promuovere un consumo consapevole e, soprattutto, sicuro dei prodotti ittici.

Per approfondire i temi trattati nella brochure, troverete maggiori informazioni nelle pagine web:
<http://www.izs.it>

Scopri con
ASSOITTICA quante
sono le specie ittiche



Per informazioni
Istituto Zooprofilattico Sperimentale del Lazio e della Toscana M. Aleandri
A cura di: UOC Microbiologia degli Alimenti



PESCI, MOLLUSCHI, CROSTACEI
COSA C'È DA SAPERE

Qualità e sicurezza sulla tavola di Natale

Guida pratica per la scelta l'acquisto, la conservazione, la preparazione domestica ed il consumo di prodotti ittici in occasione delle festività natalizie.



Istituto Zooprofilattico Sperimentale
del Lazio e della Toscana M. Aleandri

La Festa delle Feste

Il Natale è la festa della tradizione per eccellenza, "la festa delle feste": ogni piatto è preparato con cura, attenzione ai dettagli e il desiderio che riesca al meglio. Pesci, crostacei, molluschi e altri prodotti del mare sono i protagonisti indiscutibili delle tavole natalizie, presenti nei pranzi e nelle cene che scandiscono le festività. Perché lo sfizio, il gusto e l'eleganza di un piatto sano davvero un piacere, è importante che siano sempre accompagnati da **qualità e sicurezza** degli alimenti.

Tutto il pesce destinato al consumo è sottoposto a rigorosi controlli sanitari: dai Servizi veterinari, dai Carabinieri del NAS e da numerosi altri Organi di vigilanza che operano per garantire prodotti sicuri sulle nostre tavole.

Cosa acquistare?

Negli esercizi commerciali possiamo trovare:

- pesce fresco
- prodotti secchi, salati o affumicati
- prodotti congelati o surgelati
- preparazioni a base di pesce

Nei banchi frigo, il pesce fresco viene esposto su ghiaccio tritato per mantenere la corretta temperatura di conservazione.

Sul banco del pesce fresco, molluschi e altri prodotti della pesca devono essere sempre tenuti separati, così da garantire condizioni igienico-sanitarie adeguate e una migliore conservabilità.

Le offerte speciali

Spesso lo sconto dipende semplicemente dall'abbondanza del pescato e non dalla qualità.

Per acquistare in tranquillità, la fiducia nel proprio fornitore resta la scelta più sicura.

Lo sapevi?

Il Ministero dell'Agricoltura, della Sovranità alimentare e delle Foreste ha censito circa 1.200 specie ittiche: di queste, circa 300 arrivano effettivamente sul mercato e quindi sulle nostre tavole.



IL PESCE FRESCO

Come riconoscerlo

Profumo. L'odore di una pescheria o di un mercato del pesce è il primo indizio sulla freschezza. Il prodotto fresco profuma, di mare, di iodio, di salsedine.

Colore. Brillante, con sfumature che cambiano alla luce. Ogni specie ha colori propri e pelle brillante. Il pesce non fresco o decongelato perde questa caratteristica e la pelle si presenta opaca.

Tatto. Il pesce fresco è viscido e scivoloso tra le mani.

Occhio. Vivo, brillante, non infossato né opaco (tipico del pesce non fresco).

Rigidità. Quando il venditore prende il pesce che avete scelto, fate caso alla rigidità del corpo.



USA I SENSI
Olfatto vista
e tatto guidano
alla spesa
SICURA



Molluschi cozze vongole cannolicchi

Sul banco del pesce fresco i molluschi devono essere separati per mantenere idonee condizioni igienico-sanitarie e elevata la conservabilità dei prodotti.

Il crudo di pesce

Pesce crudo? Sì, ma in sicurezza!

- Assicurati che il prodotto sia freschissimo.
- Prima del consumo crudo, congelalo per almeno 96 ore a -18 °C.
- Usa solo il congelatore domestico contrassegnato con tre o più stelle.

Allevato o pescato

Pesce allevato o pescato?

Il pesce di allevamento offre le stesse caratteristiche di quello pescato. Si distingue spesso per la pezzatura più uniforme e, non di rado, per un prezzo più conveniente.

Le etichette: scegliere in modo consapevole.

Per ogni pesce devono essere indicati la denominazione commerciale, il nome scientifico, il metodo di produzione (pescato, allevato o congelato), la zona e la tecnica di cattura, oltre alla provenienza e allo stato di conservazione.

Il trasporto

Una volta acquistato, riponiamo il pesce in apposite borse termiche; se la temperatura esterna è elevata (soprattutto in primavera ed estate) aggiungiamo del ghiaccio, e raggiungiamo casa nel più breve tempo possibile.

