

Pequeños Chefs aprenden sobre nutrición y cocina italiana

- El objetivo de esta Masterclass era dar a conocer los fundamentos de la dieta mediterránea y la importancia de una alimentación sana y equilibrada en los niños
- La actividad, organizada dentro de la VII edición de la Semana de la Cocina Italiana en España, se ha llevado a cabo con los niños de la Escuela Italiana Infantil de Madrid

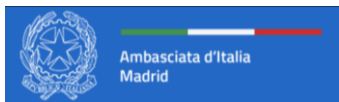
Madrid, 16 de noviembre de 2022. – Cocinar con niños es una forma de educarles a través del juego y la experimentación. Al dejarles entrar en contacto con ese mundo que, a priori solo es para “los mayores”, les hace sentir importantes y responsables. También aprenden sobre nutrición, hábitos saludables y prueban nuevos alimentos.

Por esta razón, la **Embajada Italiana en España** ha organizado del **14 al 16 de noviembre** una **Masterclass** bajo el título ‘**¡Pequeños Chefs!**’ para dar a conocer a los niños de la Escuela Italiana Infantil de Madrid los fundamentos de la dieta mediterránea y la importancia de una alimentación sana y equilibrada.

La actividad, en la que colabora la *Accademia Italiana della Cucina*, se encuentra enmarcada dentro del programa de la **VII edición de la Semana de la Cocina Italiana en España** que se celebra hasta el próximo 20 de noviembre con diversos eventos por varias ciudades españolas.

De la mano del chef italiano Marco Bozzolini, los alumnos de los tres últimos cursos de la academia han preparado pasta fresca y han conocido cuales son los elementos nutricionales que el cuerpo humano necesita, y que se encuentran presentes en los productos más representativos de la cocina mediterránea.

Además, a través de esta Masterclass los organizadores han pretendido comenzar a crear en los jóvenes un hábito para el consumo de productos adecuados para su edad y desarrollo.



Wine Economics', una cita imprescindible para conocer el futuro del mercado internacional del vino

- **La conferencia es una de las actividades programadas dentro de la VII edición de la Semana de la Cocina Italiana en España que se celebra del 14 al 20 de noviembre**
- **Durante la conferencia se han explorado los principales cambios y tendencias que están teniendo lugar en el mercado vitivinícola a nivel mundial, así como el papel de los nuevos productores**

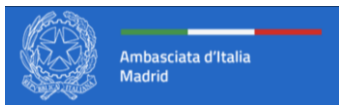
Madrid, 15 de noviembre de 2022. - El vino juega un papel importante en el mundo no solo a nivel gastronómico, sino también a nivel económico. Y es que el mercado internacional de vino representa un volumen de negocio anual superior a los 30.000 millones de euros.

Hasta el momento, Italia y España han liderado durante años la producción de vino en el mercado internacional, pero ahora las tendencias en el comercio exterior han cambiado y los operadores tienen que adaptarse a nuevos desafíos en el sector vitivinícola.

Para conocer más de cerca el panorama de los **'Wine economics'** ha tenido lugar una interesante **conferencia** en el Paper Pavilion de la IE University de Madrid sobre esta materia. Se trata de una actividad enmarcada dentro del programa de la **VII edición de la Semana de la Cocina Italiana en España**, organizada por la **Embajada de Italia en Madrid**, que tiene lugar del **14 al 20 de noviembre en varias ciudades de la geografía española**.

Durante la conferencia, **Fernando Cortiñas Lúquez**, experto en las áreas de comercio y marketing y profesor del IE University de Madrid, ha explicado la historia del vino a lo largo de los últimos 8.000 años, para explorar los principales cambios y tendencias que están teniendo lugar en el sector vinícola a nivel mundial.

Asimismo, el experto ha descrito quienes son los jugadores relevantes a nivel de productores, consumidores, exportadores e importadores, desde una perspectiva "macro".

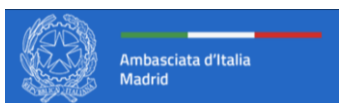


Y es que el mercado internacional de vino ha estado hasta el momento tradicionalmente dominado por tres grandes productores europeos, como son Francia, Italia y España que concentran alrededor del 50% del mercado mundial en volumen y en valor.

La caída del consumo en los países tradicionales es un hecho, al igual que el aumento en países como Estados Unidos, China y Rusia. En este sentido, Cortiñas ha destacado el papel de los nuevos productores, llamados "Vinos del Nuevo Mundo", que han empezado a desafiar a los países europeos tradicionales, conocidos como "el Viejo Mundo".

Durante el evento, el experto también señaló los cambios más importantes desde un punto de vista "micro", en términos de la evolución de hábitos de consumo y su impacto en el sector vinícola europeo, con especial énfasis en la industria vinícola italiana.

Para finalizar, los asistentes disfrutaron de una degustación de vinos italianos.



Los sabores y tradiciones de Roma, una historia culinaria de exposición

- El embajador de Italia en España, Riccardo Guriglia, ha presentado durante un almuerzo la candidatura de Roma para acoger la Expo 2030 a representantes de diversas Cámaras de Comercio e Industria de Europa
- Se trata de una de las actividades programadas de la VII edición de la Semana de la Cocina Italiana en España que tiene lugar del 14 al 20 de noviembre

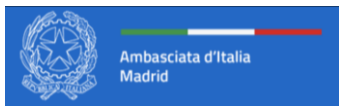
Madrid, 15 de noviembre de 2022. - La gastronomía romana es amplia, característica, tradicional y muy sabrosa. Los ingredientes obtenidos a partir de la tierra son el secreto de su éxito, que acompañados a antiguas recetas romanas que pasan de generación en generación, hacen de su cocina algo especial. Esto ha hecho que, a pesar de que su historia proviene de un **ambiente rural y campesino de la época romana antigua**, hoy en día dicha gastronomía se encuentra entre una de las más codiciadas a nivel mundial.

Para conocer sus sabores y algunos de los platos típicos de la región de Lacio, esta mañana se ha llevado a cabo un **almuerzo** titulado **'Roma: sabores, tradiciones, futuro'** que ha tenido lugar en la **Cámara de Comercio e Industria italiana para España**.

El evento, enmarcado dentro del programa de la **VII edición de la Semana de la Cocina Italiana en España** que se celebra del **14 al 20 de noviembre**, ha contado con la participación de representantes de diversas Cámaras de Comercio europeas a los que también se han informado sobre la **candidatura de Roma a la Expo 2030**.

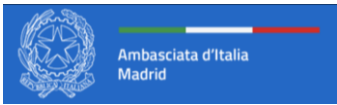
Riccardo Guariglia, embajador de Italia en España, ha señalado respecto a la candidatura de Roma que “la ciudad siempre ha sido la capital del mundo, que atrae a todo tipo de turistas del mundo entero y tener la ocasión de visitar la exposición y el país es un atractivo muy importante que queremos poner en valor”. En definitiva, “Roma es una ciudad proyectada al futuro cuya candidatura gira en tornos a varios ejes sobre los que se sustentan las ciudades modernas como son la evolución y regeneración, diversidad e inclusión, sostenibilidad y circularidad, *digital first* y *zero digital*”.

Los asistentes han podido disfrutar de un almuerzo temático de la región del Lacio confeccionado íntegramente por comida típica romana. El menú se ha compuesto de entrantes como *Porchetta de Ariccia*, mini pizza con un poco de *guanciale* y romero fresco, barquitos de apio blanco con crema de *cacio e pepe* y miel de trufa, además de



pecorino romano con miel de trufa y pera. En el *showcooking* el chef ha ofrecido a los asistentes una *mezze maniche* con *amatriciana* y una *mezze maniche cacio e pepe*. El postre ha estado compuesto por una *crostata di amarene* y *ricotta*.

Durante el acto, se ha distribuido entre los asistentes el catálogo de la Expo y se han proyectado varios vídeos sobre la candidatura de la ciudad italiana como capital para albergar el evento.



Cocina italiana y los alimentos con DOP e IGP en los supermercados Sánchez Romero

- La cadena de supermercados apuesta por las figuras de calidad diferenciada italianas ya que garantizan la calidad al consumidor a través del origen de los productos
- En un acto de *show cooking* organizado por la Federación Italiana Cocineros en España y patrocinado por la Embajada de Italia en Madrid, se ha destacado cómo los sistemas de etiquetado cromáticos como Nutriscore son dañinos para los consumidores

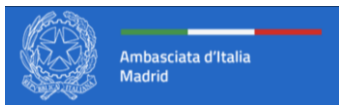
Madrid, 16 de noviembre de 2022. - Los sellos de Denominación de Origen Protegida (DOP) e Indicación Geográfica Protegida (IGP) de un producto agrario o alimentario europeo tienen un aval europeo que certifica la calidad de los alimentos producidos en los 27 Estados miembros.

Conscientes de la importancia de este tipo de productos, la Embajada de Italia en Madrid ha patrocinado un *show cooking* organizado por la Federación Italiana de Cocineros en España con productos de la empresa *Ferrarini* bajo el título 'Territorio y calidad de los productos' donde se ha podido disfrutar de la realización de varios platos.

El evento, que ha tenido lugar en una de las tiendas de los supermercados gourmet Sánchez Romero, se encuentra enmarcado dentro del programa de la VII edición de la Semana de la Cocina Italiana en España, que tiene lugar del 14 al 20 de noviembre en varias ciudades de la geografía española.

El objetivo de esta iniciativa ha sido promocionar algunas producciones italianas DOP e IGP para subrayar la influencia que tiene el factor territorialidad en la calidad del producto final que elaboran los cocineros en la restauración de nuestro país y en todo el mundo. Al mismo tiempo se ha alertado sobre los riesgos del Nutriscore.

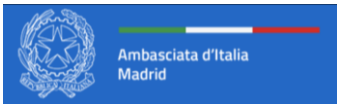
Durante el acto Roberto Nocella, Primer consejero en la Embajada de Italia en Madrid, ha destacado lo siguiente: "Para el gobierno italiano es fundamental el tema del etiquetado de envases y durante esta semana pretendemos dejarlo patente a través de numerosas actividades. Consideramos que los sistemas de etiquetado cromáticos como Nutriscore van en contra de los alimentos pilares de la dieta mediterránea y también son negativos para la salud de los consumidores y las pequeñas y medianas empresas. El semáforo verde es tan peligroso como el rojo porque no tiene nada que ver con el concepto de dieta, con la cantidad y frecuencia de consumo de un producto o el estado de salud del consumidor. Además, el Nutriscore afecta directamente a los productos de la dieta mediterránea que Italia comparte con España".



Durante la demostración, el chef Francesco Di Mauro y Alberto Luchini, periodista especializado en gastronomía, han ido explicando la elaboración de una serie de platos a base de productos DOP e IGP italianos.

Di Mauro ha señalado que “utilizar productos IGP y DOP garantiza una calidad final de los platos dado que estos alimentos siguen unas normas que, desde el principio hasta la venta final, aseguran que el proceso se ha hecho cumpliendo con los criterios marcados para obtener dichos certificados y sellos”.

Al finalizar se ha ofrecido una degustación a los presentes que ha constado de un *arroz a la gricia* elaborado con arroz *Acquerello* y *salami Langhirano*. Este arroz es un producto de alta calidad y cuenta con varias peculiaridades. La primera de ellas es que se encuentra envejecido durante mínimo un año y, además, en el proceso de producción son necesarios 20 pasos delicados para llegar a obtener este tipo de arroz, empezando por la hélice, hoy considerada el mejor método para blanquear el arroz a través del frotamiento de los granos



Cocina italiana y los alimentos con DOP e IGP en los supermercados Sánchez Romero

- La cadena de supermercados apuesta por las figuras de calidad diferenciada italianas ya que garantizan la calidad al consumidor a través del origen de los productos
- En un acto de *show cooking* organizado por la Federación Italiana Cocineros en España y patrocinado por la Embajada de Italia en Madrid, se ha destacado cómo los sistemas de etiquetado cromáticos como Nutriscore son dañinos para los consumidores

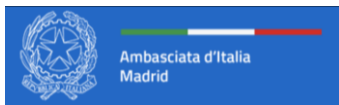
Madrid, 16 de noviembre de 2022. - Los sellos de Denominación de Origen Protegida (DOP) e Indicación Geográfica Protegida (IGP) de un producto agrario o alimentario europeo tienen un aval europeo que certifica la calidad de los alimentos producidos en los 27 Estados miembros.

Conscientes de la importancia de este tipo de productos, la Embajada de Italia en Madrid ha patrocinado un *show cooking* organizado por la Federación Italiana de Cocineros en España con productos de la empresa *Ferrarini* bajo el título 'Territorio y calidad de los productos' donde se ha podido disfrutar de la realización de varios platos.

El evento, que ha tenido lugar en una de las tiendas de los supermercados gourmet Sánchez Romero, se encuentra enmarcado dentro del programa de la VII edición de la Semana de la Cocina Italiana en España, que tiene lugar del 14 al 20 de noviembre en varias ciudades de la geografía española.

El objetivo de esta iniciativa ha sido promocionar algunas producciones italianas DOP e IGP para subrayar la influencia que tiene el factor territorialidad en la calidad del producto final que elaboran los cocineros en la restauración de nuestro país y en todo el mundo. Al mismo tiempo se ha alertado sobre los riesgos del Nutriscore.

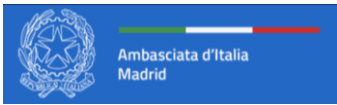
Durante el acto Roberto Nocella, Primer consejero en la Embajada de Italia en Madrid, ha destacado lo siguiente: "Para el gobierno italiano es fundamental el tema del etiquetado de envases y durante esta semana pretendemos dejarlo patente a través de numerosas actividades. Consideramos que los sistemas de etiquetado cromáticos como Nutriscore van en contra de los alimentos pilares de la dieta mediterránea y también son negativos para la salud de los consumidores y las pequeñas y medianas empresas. El semáforo verde es tan peligroso como el rojo porque no tiene nada que ver con el concepto de dieta, con la cantidad y frecuencia de consumo de un producto o el estado de salud del consumidor. Además, el Nutriscore afecta directamente a los productos de la dieta mediterránea que Italia comparte con España".



Durante la demostración, el chef Francesco Di Mauro y Alberto Luchini, periodista especializado en gastronomía, han ido explicando la elaboración de una serie de platos a base de productos DOP e IGP italianos.

Di Mauro ha señalado que “utilizar productos IGP y DOP garantiza una calidad final de los platos dado que estos alimentos siguen unas normas que, desde el principio hasta la venta final, aseguran que el proceso se ha hecho cumpliendo con los criterios marcados para obtener dichos certificados y sellos”.

Al finalizar se ha ofrecido una degustación a los presentes que ha constado de un *arroz a la gricia* elaborado con arroz *Acquerello* y *salami Langhirano*. Este arroz es un producto de alta calidad y cuenta con varias peculiaridades. La primera de ellas es que se encuentra envejecido durante mínimo un año y, además, en el proceso de producción son necesarios 20 pasos delicados para llegar a obtener este tipo de arroz, empezando por la hélice, hoy considerada el mejor método para blanquear el arroz a través del frotamiento de los granos



Un almuerzo con Raffaello sin salir de Madrid

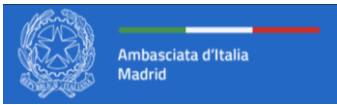
- **‘A pranzo con Raffaello’ es una de las numerosas actividades programadas dentro de la VII edición de la Semana de la Cocina Italiana en España que tendrá lugar del 14 al 20 de noviembre**
- **Los asistentes han podido observar de cerca la exposición titulada ‘Magister Raffaello’ mientras disfrutaban de un showcooking de la mano del chef Manfredi Bosco**

Madrid, 15 de noviembre de 2022. - Gastronomía e historia se han unido para celebrar **‘A pranzo con Raffaello’**, una de las numerosas actividades programadas dentro de la **VII edición de la Semana de la Cocina Italiana en España**, que ha tenido lugar en el Instituto Italiano de Cultura de Madrid. Y es que la **Embajada de Italia en Madrid** ha organizado un **completo programa de actos** que tendrán lugar del **14 al 20 de noviembre en varias ciudades españolas durante los próximos siete días**.

En esta ocasión, el Renacimiento italiano se ha hecho presente con una experiencia cultural y culinaria en la que los asistentes han observado de cerca la exposición titulada **‘Magister Raffaello’**. A continuación, disfrutaron de un **showcooking de la mano de Manfredi Bosco, chef y presidente de la Federación Italiana de cocineros en España**.

Por su parte, **Riccardo Guariglia, embajador de Italia en España**, ha presentado el programa de actividades de la Semana de la Cocina en Italia en España recordando como la cocina es cultura y en Italia “también es una forma de arte que facilita la cordialidad entre personas, constituyendo un importante momento de reunión no solamente entre amigos y conocidos sino también entre las familias”. El embajador también ha destacado como esta séptima edición se centrará en la salud, la persona, el planeta y la tecnología.

El diplomático ha querido hacer hincapié en la encrucijada en la que nos encontramos en cuanto al etiquetado, “susceptible de afectar de forma muy flagrante en la salud de los consumidores y a la sostenibilidad económica de muchos pequeños y medianos productores” tan importantes para nuestros dos países. Del mismo modo, el embajador ha recordado la posición del gobierno de Italia al respecto del etiquetado Nutriscore que “divide los alimentos en buenos y malos en base supuestamente a algoritmos cuyos cálculos no se sabe bien quienes los realizan”.



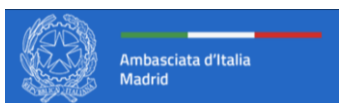
Recetas italianas tradicionales

Durante el evento, se han dado a conocer aspectos tan importantes de la cocina del Renacimiento como el inicio de la clasificación de los alimentos, el valor de la cocina y del cocinero, el uso de la etiqueta en la mesa, la diferenciación entre las cocinas regionales italianas y la introducción de nuevos métodos de cocción.

Al final, todos los asistentes han podido degustar tres deliciosas **recetas** como muestra de la cultura culinaria de la época.

Para empezar, se ha podido degustar una tarta rústica a base de hierbas. “El motivo de elegir este postre es porque durante el Renacimiento nace la *Credenza*, mueble de la cocina en el que se guardaban el pan y otros alimentos. Toda una revolución para la época en donde se podían conservar varios platos fríos durante días”, ha asegurado **Manfredi Bosco**. A continuación, el chef ha elaborado una sopa de legumbres, un ingrediente siempre presente en la alimentación del pueblo, pero que durante el Renacimiento se volvió también una comida típica de los nobles. Después, se ha servido una Limonia de pollo, un plato que expresa los sabores de la época gracias a su mezcla de azúcar y salado con la utilización de especias que servían para una mejora en la conservación de los alimentos.

Tampoco han faltado los embutidos y quesos, que durante el Renacimiento empezaron a ser utilizados de manera frecuente.



Sabor a Italia en las aulas de hostelería de Sevilla

- El Chef Massimiliano Careri ha participado en la Semana de la Cocina Italiana en España con una *Masterclass* dirigida a los alumnos de la Escuela Superior de Hostelería de Sevilla
- También se ha realizado un Almuerzo en el Restaurante Azajal en el que ha estado presente Careri y donde los alumnos de la escuela han puesto en práctica los conocimientos aprendidos previamente

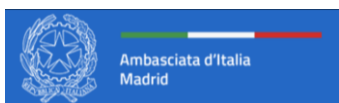
Madrid, 16 de noviembre de 2022. – La gastronomía italiana tiene sus profundas raíces en la historia y en la tradición, y se ve enriquecida por las aportaciones de una gran diversidad de culturas, de paisajes, de climas y de costumbres y tradiciones. La diversidad de su cocina hace que sea imitada en medio mundo. Y es que se cree que es una comida rica y que gusta a todos, incluidos los jóvenes, que cada vez se sienten más atraídos por conocer los orígenes de la cocina italiana.

Por esta razón, y para promocionar la cultura gastronómica del país, la Embajada de Italia en Madrid ha organizado dos iniciativas a lo largo de la **VII edición de la Semana de la Cocina Italiana**, destinadas a complementar la formación de jóvenes estudiantes de escuelas de hostelería especializadas en el ámbito gastronómico.

La primera de las actividades tuvo lugar el pasado lunes 14 de noviembre con una **Masterclass** de la mano de **Massimiliano Careri, reconocido Chef de restaurantes con estrella Michelin** y actual director del ICIF *Culinary Institute (Scuola Internazionale di Cucina Italiana)*.

El chef Careri iniciaba su intervención en la **Escuela Superior de Hostelería de Sevilla** destacando la **importancia que tiene la promoción de la cultura gastronómica italiana en los jóvenes estudiantes.**

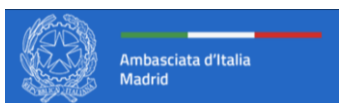
Tras la Masterclass del día 14, el **chef ha continuado con su participación** en la Semana de la Cocina Italiana en España elaborando junto a los alumnos y alumnas el **Almuerzo** celebrado ayer en el **Restaurante Azajal** de la **Escuela Superior de Hostelería de Sevilla.**



Un almuerzo que ha consistido en un menú degustación de un aperitivo de Mini hamburguesa de tartar de gamba con mahonesa de avellanas y otro aperitivo de Cebolla cocida a la sal en crema de patata y muslos de codorniz, y ha proseguido con unos Ñoquis rellenos de ragú de jabalí con crema de pecorino y trufa negra como primer plato, una Carrillada de ternera con Barbera d'Asti DOCG con crema de maíz y chips de polenta, y un Bonet crujiente, zabaglione y crema de avellanas como postre.

El acto ha contado con la presencia del Cónsul Honorario Carlos Ruíz-Berdejo y Sigurtá Muchetti, con un aforo completo de 45 comensales. Un almuerzo en el que Carlos Ruíz-Berdejo ha considerado el menú propuesto como *'Una buena opción gastronómica'* teniendo en cuenta su raíz italiana, con Milán como su ciudad de nacimiento.

Para los alumnos y alumnas de la escuela, el almuerzo ha supuesto la oportunidad perfecta para poner en práctica los conocimientos aprendidos previamente por el chef Massimiliano Careri. Y es que los estudiantes participantes han podido cocinar un menú italiano bajo la dirección de Careri, resultando todo un éxito según han indicado los asistentes y siendo los Ñoquis rellenos de ragú de jabalí con crema de pecorino y trufa negra, sin duda alguna, el plato estrella.



De la dieta mediterránea a los semáforos nutricionales

- **Impulsada por la Embajada de Italia en España, el profesor Luca Piretta, del Campus biomédico de Roma, ha impartido una conferencia en la Facultad de Medicina de la Universidad Complutense de Madrid, donde ha dado a conocer la importancia que tiene la educación nutricional y, a este respecto, el etiquetado en la parte frontal de los envases**
- **El evento es una de las actividades enmarcadas dentro de la VII edición de la Semana de la Cocina Italiana en España que se ha celebrado recientemente**

Madrid, 21 de noviembre de 2022. – Desde hace tiempo se ha puesto de relieve la importancia de que la gastronomía sea cada vez más saludable. En ese sentido, la Comisión Europea planteó hace unos años la necesidad de reducir las enfermedades y trastornos relacionados con una mala alimentación. Para ello, se propuso, entre otros objetivos, de modificar la información nutricional que aparece en la parte frontal del etiquetado de los alimentos. Así nació el semáforo nutricional Nutriscore, del que Italia se desmarca subrayando cuales son todas sus debilidades y contraindicaciones para la salud de los consumidores.

Para tratar de dar a conocer la importancia que tiene la educación nutricional y, a este respecto, del etiquetado en la parte frontal de los envases, la Embajada de Italia en Madrid ha promocionado el jueves 17 de noviembre la conferencia 'Dieta mediterránea y educación nutricional ¿qué papel tienen las etiquetas en la parte frontal del envase?' en la Facultad de Medicina de la Universidad Complutense de Madrid. Una actividad enmarcada dentro de la celebración de la VII edición de la Semana de la Cocina Italiana en España que se ha celebrado recientemente (aunque otra iniciativa relacionada se celebrara' el 25 en la Universidad de Salamanca).

Al inaugurar el acto ante una gran audiencia de personas, Antonio Villarino, presidente de la Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación y catedrático de la Universidad Complutense, ha señalado como este tipo de actividades son "muy buenas y entroncan con nuestro trabajo de difundir todas las cuestiones relacionadas con la nutrición dentro del marco universitario, como en este caso".



Roberto Nocella, Primer Consejero de la Embajada de Italia en Madrid, ha indicado como la Semana de la Cocina Italiana en el Mundo constituye un momento importante para difundir la cocina y cultura gastronómica italiana, la dieta mediterránea, que Italia

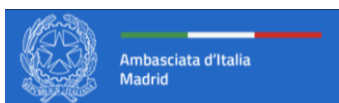
comparte con España, e impulsar una sana alimentación.

“Tanto los productos de la dieta mediterránea como la salud de los consumidores están afectados por la difusión del Nutriscore, un sistema de etiquetado en contra del cual se posiciona Italia”. “Por esta razón hemos trabajado para que se pudiese organizar un evento en la Facultad de Medicina de la Universidad Complutense en que participase un experto de renombre internacional como el Profesor Luca Piretta, del Campus biomédico de Roma, donde se pudiera abordar el tema del etiquetado de los alimentos desde una perspectiva científica”, ha señalado el consejero.

A continuación, el profesor Piretta ha hecho una extendida presentación mencionando la epidemia de obesidad que se ha sufrido en los últimos 40 años, la importancia de la microbiota intestinal, cuya salud depende de la variedad de los alimentos que comemos, y ha explicado también el concepto de composición corporal (“puedes estar obeso también cuando adelgazas”) y la crononutrición (“no somos lo mismo a las 7:00 de la mañana o a las 12:00 de la noche”), hasta llegar a las etiquetas en la parte frontal de los envases.

A este último respecto ha destacado que “la elección sobre el etiquetado frontal es un asunto muy importante que se va a desarrollar en los próximos meses cuando la Unión Europea decida la tipología de etiqueta a utilizarse”. El profesor Piretta ha señalado como “hay etiquetados que demonizan las grasas sin considerar que nosotros tenemos que consumir una cierta cantidad de grasas. Lo que importa en la alimentación no es lo que comemos sino lo que no comemos: no es apropiado tomar en consideración un único alimento sino el conjunto de alimentos que absorbemos y los hábitos alimentarios. Fundamental es también el descanso”.

Con respecto a uno de los temas centrales de la Semana de la cocina italiana, el profesor Piretta ha indicado que “la convivialidad nos permite no solamente estar a gusto con los demás comiendo juntos, sino que es también parte de la educación porque estando juntos vemos los otros comer cosas diferentes: la convivialidad es la mejor manera de educar a los niños”.



El etiquetado más conocido y difundido es el Nutriscore, representado por unas letras que van de la A hasta la E, de verde a rojo. El etiquetado Nutriscore “transmite mensajes inmediatos pero de forma engañosa, condiciona y no informa”, desatendiendo a una condición impuesta por la Unión Europea. Además, “el Nutriscore está calibrado sobre porciones de 100 gramos, pero nadie se toma 100 gramos de aceite de oliva, por ejemplo”.

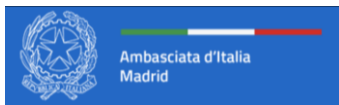
Hay otro peligro: “el Nutriscore no explica porque atribuye una letra y un color asociado a esta letra. Si para mi estado de salud es aconsejable tomar poca sal la información sobre el nivel de sal de un producto no se desprende de la letra del Nutriscore. Es posible que un producto tenga al mismo tiempo una mala nota Nutriscore pero una cantidad de sal perfecta y adecuada aún para personas con presión arterial alta y que podrían comer una porción de ese alimento prohibido por el Nutriscore”.

Además, el profesor ha recordado que “muchos de los productos típicos de la dieta mediterránea como son el aceite y el queso van a ser muy penalizados con el sistema Nutriscore que no se basa en el concepto de dieta, sino en una serie de prohibiciones y de distinciones entre alimentos supuestamente “buenos” y “malos”, aunque no existan esta clase de alimentos sino dietas que puedan ser buenas o malas”.

Evitamos que la gente deje de comer productos de la dieta mediterránea simplemente porque están valorados negativamente por el Nutriscore, que es el resultado de “un algoritmo arbitrario y sin evidencias científicas”, ha indicado, añadiendo que “pedir excepciones como algunos países hacen por sus propios productos típicos nacionales no es adecuado en cuanto cada uno iría a lo suyo”.

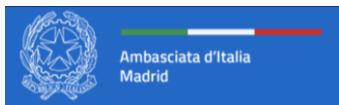
El Profesor ha destacado también como “el Nutriscore lleva a situaciones absurdas como las patatas fritas que reciben una nota mejor que los productos de la dieta mediterránea porque los cálculos se hacen antes de la fritura”.

La alternativa que Italia propuso a esta clase de etiquetado es la llamada **Nutrinform Battery** que es un sistema de etiquetado alimentario capaz de informar sobre los principales nutrientes (calorías, grasas, ácidos grasos saturados, azúcar, sal) y donde no hay colores. No se desaconseja el consumo de un alimento a priori: la batería solamente muestra cuántos de estos nutrientes están en un alimento sobre la base de la porción aconsejada por los nutricionistas y no en los irreales 100 gramos que considera el Nutriscore.



El Profesor Piretta indica que “el Nutriform constituye un antídoto a Nutriscore, un eslabón a todo lo demás que tenemos que hacer en el ámbito de la educación a la alimentación como, por ejemplo, esta conferencia impartida en Madrid, hablar en las escuelas o en medios de comunicación, educar a las familias”.

En definitiva, “a través del Nutriscore no educamos a nadie en una correcta alimentación para la prevención de enfermedades”. Obviamente “la educación alimentaria es un asunto complejo y no puede limitarse a un etiquetado frontal, pero en un contexto de educación el etiquetado Nutriform puede ser útil y puede ayudar, mientras que el Nutriscore simplemente condiciona”.



**Entrevista al profesor Luca Piretta, médico gastroenterólogo y nutricionista.
Universidad Campus bio-médico de Roma**

- ¿Qué papel tienen las etiquetas en la parte frontal del envase de los alimentos?

Ese es un asunto muy importante que se va a desarrollar en los próximos meses, ya que la Unión Europea va a decidir qué tipo de etiqueta se va a utilizar en los envases. El sistema más conocido es el Nutriscore, que está representado por unas letras que van desde la “A” a la “E”, de verde a rojo, e indica cuáles son los alimentos que más grasas, azúcares y ácidos grasos saturados contienen como una advertencia al consumidor para que pueda consumir el alimento que sea más saludable.

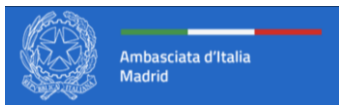
Esto genera un problema y es que cada alimento no se compone de un solo nutriente, sino que se compone de varios. Si nosotros informamos sobre uno solo y nos olvidamos del resto, nos arriesgamos de aconsejar mal al consumidor porque, muy difícilmente, con una porción de un alimento vamos a sobrepasar el límite de las grasas, de los azúcares o de las calorías. Así que, intentamos querer hacer algo bien y terminamos por hacerlo mal.

La alternativa que ha propuesto Italia es el NutrInform Battery, un mecanismo caracterizado por la presencia de un sistema de información, siempre de esos nutrientes, es decir grasas, azúcares, sal, calorías y ácidos grasos saturados, donde el consumidor no está incentivado para consumir o, al contrario, desincentivado para hacerlo. Simplemente está informado.

En este modelo no hay colores y se explica cuánto se va a consumir de cada nutriente con la porción y no con los 100 gramos que aconseja Nutriscore, así que es más personalizado. El consumidor sabe, si va a comer una porción de ese alimento, cuántos azúcares le quedan por consumir a lo largo del día. No es una advertencia que va, de repente, a desaconsejar al consumidor el consumo de un alimento que no tiene ningún sentido dejar de consumir.

- ¿Cree que el Nutriscore es una medida eficaz y veraz a la hora de informar al consumidor?

A primera vista es eficaz, porque se puede reconocer de forma muy inmediata gracias a las letras y a los colores. Es eficaz en ese sentido. Sin embargo, no creo que vaya a ser



eficaz en mejorar el estado de salud de la población, precisamente porque sus consejos y las letras están calibrados alrededor de los 100 gramos. Nosotros no vamos a comer 100 gramos de aceite ni vamos a comer 100 gramos de pizza.

Por ejemplo, las pizzas congeladas son unos 450/500 gramos. Sí Nutriscore la calibró con una letra con valor positivo, en verde, contemplando una ingesta de 100 gramos, pero ingerimos 4 ó 5 veces más, las grasas y las calorías van a ser muchas más de las que el Nutriscore calculó para atribuir la letra colorada a ese producto.

Realmente es un sistema que no indica cual es la nutrición aconsejable según el estado de la persona, sino que induce simplemente a comer un producto en lugar de otro y se presta a la manipulación. Por ejemplo, en un refresco como la Coca-Cola, si quitamos el azúcar, vemos que sobrepasa la letra D y no es aconsejable consumir este tipo de bebida en abundancia simplemente porque no tenga azúcar. Entonces, inevitablemente, se va a prestar a mucha confusión.

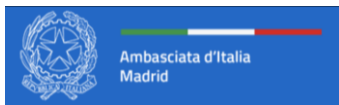
- **Hablando de Nutriscore decimos que, en cierto modo, ignora la dieta mediterránea, ¿qué opina?**

Claro porque, por ejemplo, si observamos muchos de los productos típicos de la dieta mediterránea como el aceite o los quesos, van a ser altamente penalizados bajo ese sistema. Además, no está armonizado sobre una dieta, porque son una serie de prohibiciones que no tienen nada que ver con la dieta mediterránea que, como sabemos, cumple con las exigencias de la pirámide alimenticia, permitiendo abarcar todo lo que tenemos que comer.

Tenemos que aprender acerca de la proporción de los alimentos que debemos consumir, ya que no hay alimentos prohibidos. El Nutriscore hace una distinción entre alimentos buenos y malos. Esta distinción no tiene sentido porque no existen alimentos buenos o alimentos malos.

Podemos comer de todo si sabemos en qué proporción hacerlo y cuáles son las cantidades correctas que debemos ingerir. La dieta mediterránea nos enseña a comer, sobre todo, alimentos de origen vegetal y menos de origen animal, pero en ningún momento se prohíben. Tenemos que aprender un sistema de educación nutricional.

- **¿En qué consiste concretamente el NutriInform y qué impacto puede tener en los consumidores?**



El NutrInform es un sistema que nos indica a través de una batería, como la de la carga del teléfono, cuánto la llenamos con cada nutriente en función de la porción que vayamos a ingerir de ese alimento. Así que, si comemos un alimento que tiene, por nuestra necesidad, un 20 o 30 % de grasas, sabremos que en el resto de la jornada vamos a poder consumir el 70 % de grasas restantes en la ingesta diaria recomendada.

Es una información que necesita de una cultura nutricional por parte del consumidor. Esto es, a su vez, una tarea que tienen que hacer las instituciones, escuelas y familias para educar a la población porque es la única manera de mejorar el nivel de obesidad, de enfermedades cardiovasculares o de diabetes, que es el objetivo de la etiqueta frontal en el envase: mejorar la salud de la población. Pero, si solo nos limitamos a sugerir que “esto se puede comer” o que “esto no” no educamos a nadie. Lo que la Unión Europea quiere, precisamente, es aportar información y no condicionar como hace el Nutriscore, sino dar la información que deberían dar las etiquetas.

- **¿Qué importancia tiene la educación nutricional para mejorar el estado de la salud?**

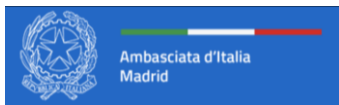
Esto es la premisa de la que partimos. Una correcta alimentación es la manera más importante para prevenir enfermedades. Casi todas las enfermedades que conocemos en los países occidentales derivan de nuestros comportamientos. El más importante de todos es el comportamiento alimentario, que es el principal, y viene antes de todos los demás.

Después están también la actividad física, el reposo, la convivialidad y el aprendizaje en cuanto a cómo cocinar los alimentos en sí ya que, por ejemplo, no es lo mismo consumir el aceite crudo que frito. Así que, cambia mucho en el discurso de la alimentación el aprender cómo cocinar los platos y los alimentos que vamos a encontrar en la mesa.

- **¿Cuál es la relación entre la Dieta Mediterránea la cocina italiana y la española con la sostenibilidad y la salud?**

Todos esos conceptos son muy importantes, pertenecen a un sistema mucho más amplio de educación, como le decía, en la escuela, la familia y las instituciones.

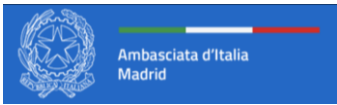
Sobre la dieta mediterránea tenemos una gran cantidad de documentación y publicaciones científicas que indican que es el mejor modelo alimentario que podemos adoptar. Es obra de los países mediterráneos, como España, Italia, Grecia... ya que



poseen los recursos principales de esta dieta en abundancia. La dieta mediterránea no consiste solo comer pasta. Tanto la pasta, como el arroz o el couscous pertenecen a la sección de los cereales, que es uno de los pilares de la dieta mediterránea. Tanto las verduras, la fruta, las nueces, el aceite, las legumbres son partes importantes.

Después están el pescado, el jamón y los productos lácteos como el queso, que también forman parte de la dieta mediterránea, pero deben ingerirse en menor cantidad. Los más importantes son los cereales, las frutas y verduras, las nueces, el aceite, las legumbres, etc. Y esa es la esencia de la dieta mediterránea.

Con iniciativas como la semana de la Cocina Italiana en el mundo que se acaba de celebrar, nuestro país pretende dar a conocer la verdadera dieta mediterránea, porque a veces pensamos que sí que la seguimos y no lo hacemos. Por ejemplo, nosotros en Italia no la seguimos tanto como creemos y tenemos que aprender a seguirla. En los últimos años nos hemos alejado de la verdadera dieta mediterránea y debemos acercarnos otra vez. Y esa es la función principal de estos eventos: dar a conocer lo importante que es y la cantidad de salud que nos puede aportar hacer una prevención correcta a través de la alimentación basándonos en la dieta mediterránea.



Literatura y gastronomía italianas se unen en toda España

- La literatura y gastronomía italianas refuerzan sus lazos en varios eventos donde reivindican su influencia a escala global
- Algunos alimentos característicos con Denominación de Origen han vuelto a manifestar su relevancia a través de su asociación con obras literarias clásicas como el Decamerón

Madrid, 22 de noviembre de 2022. - La literatura italiana resulta apasionante, pero si acompañamos la lectura con un plato tradicional de su gastronomía, esta puede ser aún más gratificante. Este es el concepto que se ha desarrollado durante la semana del 14 al 20 de noviembre, en la que la Embajada de Italia en España ha organizado la VII Edición de la Semana de la Cocina Italiana en España. A través de más de 30 actividades por todo el territorio nacional, la embajada de este país mediterráneo ha brindado la posibilidad de que nos adentremos un poco más en la gastronomía, la literatura y la cultura italianas.

Para el Embajador de Italia en Madrid, Riccardo Guariglia, estas actividades tienen como prioridad “ampliar el programa de la Semana de la Cocina Italiana en diferentes regiones españolas” y también “comenzar a establecer una pauta de colaboración con las distintas sedes de la Dante Alighieri en España durante esta celebración temática, mientras se colabora con expertos españoles en gastronomía que han estudiado en Italia según las indicaciones del Ministerio de Asuntos Exteriores italiano. Además, se pretende profundizar y dar a conocer la rica relación entre literatura y gastronomía italianas, llevando a cabo iniciativas simultáneas en la Universidad de Salamanca, la Universidad Complutense de Madrid y Barcelona”.

Uno de los eventos con los que arrancaron estas celebraciones fue el titulado “El vino en la literatura italiana”, que tuvo lugar el 14 de noviembre en Salamanca de la mano del profesor emérito, Vicente González Martín, y bajo el patrocinio de la Embajada de Italia en Madrid. Seguidamente, el 17 de noviembre, se realizó una actividad en la Universidad Complutense de Madrid sobre la cocina regional en las novelas de Camilleri con la Profesora Antonella Piazza. Por último, se llevó a cabo otra actividad impulsada por el Instituto Italiano de Cultura y el Consulado General de Barcelona sobre los “Textos de Pasolini dedicados a Basilicata y a su tradición gastronómica”, que se celebró el pasado viernes 18 de noviembre en la librería +Bernat de la ciudad condal.



La Embajada de Italia en Madrid, con el apoyo de la sede en Asturias de la Società Dante Alighieri y la consultora gastronómica asturiana Carmen Ordiz, licenciada por la Università di Scienze Gastronomiche di Pollenzo, eligió Oviedo como ubicación para el acto “Un viaje por la gastronomía de Italia a través de la literatura italiana”, realizado el pasado 16 de noviembre.

Con respecto a dicho acto, Carmen Ordiz ha explicado que “este encuentro ha pretendido descubrir cómo algunos alimentos que se mencionan en los textos más importantes de la literatura de Italia han influido en la historia del país y en otras partes del mundo. Además, se expusieron diversos productos con Denominación de Origen o con algún simbolismo dentro de la cultura italiana para que los asistentes disfrutaran de estas exquisiteces”.

Vinos de Pinot Grigio Cavit y Chiaramonte negro D’Avola, quesos Parmigiano Reggiano, Pecorino Toscano y “Scamorza affumicata”, mortadela trufada, mortadela clásica, Carpaccio de trufa y vinagre balsámico de Módena son algunas de las delicias que probaron los asistentes al evento. Gran parte de los productos gastronómicos que se degustaron fueron proporcionados por la empresa Negrini.

En cuanto a la parte literaria del evento se han elegido los siguientes textos: **para el queso**, el “Decamerón” de Giovanni Boccaccio y “Palomar” de Italo Calvino. **Para la mortadela**, “La sinfonia delle mortadelle” de Matilde Serao y “Il mare colore del vino” de Leonardo Sciascia. **Para el vino**, “I promessi sposi” de Alessandro Manzoni, “Lo Zibaldone” de Giacomo Leopardi, “Un po’ a tutti” de Grazia Deledda y “Il campo del vasaio” de Andrea Camilleri. **Para el vinagre**, “Satira III” de Ludovico Ariosto y, **para la trufa**, además de una canción de Rino Gaetano (“Gianna”) y “Il posto dei tartufi”, libro más reciente de Andrea Daprati.

A su vez, en el ámbito del programa de la Semana de la Cocina Italiana en España, el próximo día 25 de noviembre se celebrará una conferencia en la Facultad de Filología de la Universidad de Salamanca bajo el título “Lugares de Verga: entre comida, camaradería y cultura”, en el marco del Congreso “Verga Pop”, dedicado al famoso escritor siciliano, y bajo el patrocinio de la Embajada de Italia en Madrid.

Todas las actividades de la VII edición de la Semana de la Cocina Italiana en España pueden descargarse en este [enlace](#).