

# MENÙ PER GLI ALLERGICI

## nei ristoranti

### dal 13 dicembre 2014



In Italia sono presenti almeno **otto milioni** di soggetti allergici ad alimenti e la metà rischia la vita per Shock anafilattico se mangia ciò che gli è proibito.

Sono valutati nel numero di **dodici milioni** circa gli intolleranti ai cibi.

Infine, i celiaci diagnosticati sono **centocinquantamila**.

La trasparenza nei menu diventa un obbligo dal 13 dicembre, in applicazione del Regolamento europeo (**CEE1169/2011**) che sollecita la trasparenza **sul contenuto di allergeni** in cibi imballati e non imballati, venduti al pubblico o al privato, e anche nei piatti serviti in ristoranti, bar, mense, panifici, pasticcerie, ospedali, treni e aerei. Dovrà essere dichiarato il contenuto di allergeni in ogni piatto. L'Unione Europea prevede anche un continuo aggiornamento degli allergeni.



In Italia solo il 28 novembre si discuterà dei decreti applicativi con i ministeri dello Sviluppo economico e della Salute indicando modalità e sanzioni.

Dal 13 dicembre, entrando in un ristorante, in un self service, in un bar, in una mensa, in gelateria, in una gastronomia, le diverse proposte del menu saranno accompagnate o da un «foglietto illustrativo» (come per i farmaci) che segnalerà la presenza, se prevista, di uno o più dei quattordici principali nutrienti fonte di allergia.

Questi sono i seguenti:

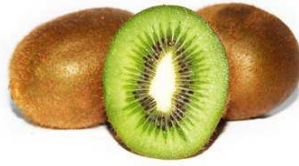
- 1) i cereali contenenti glutine;

- 2) i crostacei;
- 3) le uova;
- 4) il pesce;
- 5) le arachidi;
- 6) la soia;
- 7) il latte e il lattosio;
- 8) la frutta a guscio (mandorle, nocciole, noci, pistacchi);
- 9) il sedano;
- 10) la senape;
- 11) i semi di sesamo;
- 12) l'anidride solforosa e i solfiti se superiori a determinate concentrazioni;
- 13) i lupini;
- 14) i molluschi.



A norma di questo regolamento occorrerà anche una trasparenza degli ingredienti, anche se nascosti nelle pieghe della conservazione seppur naturale. Si tratta, in questo caso, dei cosiddetti allergeni “nascosti”. Vedi i solfiti usati per «lucidare» frutta e verdura o quelli del vino bianco, vedi il lattosio nei salumi, vedi lo zucchero nel pane, vedi il lisozima di uovo che arricchisce il grana padano ma non il reggiano.

Occorre subito dire che l’elenco è parziale, esistono molti altri allergeni alimentari, oltre a quelli indicati dal Regolamento Europeo. Alcuni sono allergici a frutta e verdura fresca, come kiwi, pesca o pomodoro: al momento questi soggetti restano fuori dalla tutela del regolamento europeo. L’Italia è in ritardo rispetto ad altri paesi europei. Difatti il regolamento europeo era già stato pubblicato nel 2011 ed è già applicato, in Italia, solo per i cibi imballati. Questi sono sottoposti a un’etichettatura in cui è dichiarato il contenuto di uno dei quattordici allergeni previsti dal regolamento.



Per quanto riguarda l'estensione ai piatti preparati nelle cucine di mense o ristoranti, l'Italia ha preso tempo. Esistono, difatti, molti problemi applicativi. In pratica, nei menù dei ristoranti nell'indicazione di ogni piatto dovrebbe essere accompagnato dalla lista completa degli allergeni in esso contenuto. Il vero problema è la catena di preparazione. Il ristoratore dovrebbe garantire che, nel passaggio dalle mani di chef e camerieri non dovrebbe inserirsi la possibilità di comparsa di alcun allergene. Questo comporterebbe la completa riorganizzazione di tutta la catena di preparazione e distribuzione alimentare.



Una soluzione proposta potrebbe essere quella di inserire in ogni menù di ristorante solo alcuni piatti allestiti solo per chi soffre di allergie alimentari e solo su questi piatti selezionati garantire la sicurezza e il controllo assoluto.

La situazione è ancora incerta e i ristoratori sono in apprensione. E' pur vero che, tuttavia, visto il progressivo crescere delle malattie allergiche in generale (oggi, in Italia, gli allergici sono circa 8-10 milioni di persone) e una maggiore consapevolezza del problema, a livello di opinione pubblica, l'allergia alimentare non va sottovalutata e occorre tutelare questa categoria di pazienti a rischio di anafilassi.

