

### Lavoro di gruppo – La conservabilità alla prova dei sensi

---

Scegliete un alimento per ogni gruppo dell'elenco qui sotto e, nella tabella alla pagina seguente, spiegate da quali segni si può capire che non è più commestibile – aprite gli occhi, annusate bene, saggiate la consistenza e, caso mai, assaggiate anche...

Sicuramente vi è già capitato di avere a che fare con cibo avariato e quindi non più commestibile. Che aspetto aveva? Che odore aveva?

Che sapore aveva? Contribuite con le vostre esperienze personali a questo lavoro in comune: scegliete un alimento per ognuno dei gruppi dell'elenco qui sotto e descrivetene, nella tabella alla pagina seguente, l'aspetto, l'odore, il sapore e la consistenza quando non è più commestibile.

#### Gruppi di alimenti:

##### Carne e pesce

- pesce
- carne (pollame, manzo, maiale, vitello)
- carne macinata

##### Frutta e verdura

- insalata
- patate
- erbe aromatiche
- frutta

##### Uova e latticini

- uova
- burro
- yogurt

##### Cereali

- farina
- pane, michette
- müsli, fiocchi di cereali

<b>Gruppo di alimenti</b>	<b>Alimento</b>	<b>Aspetto</b>	<b>Odore</b>	<b>Sapore/Consistenza</b>
<b>Carne e pesce</b>				
<b>Frutta e verdura</b>				
<b>Uova e latticini</b>				
<b>Cereali</b>				

## Gruppo di alimenti «Carne e pesce»

Un consiglio in generale per la carne: sul sito [carnesvizzera.ch](http://carnesvizzera.ch) si trovano interessanti consigli sulla conservabilità.

Alimento	Aspetto	Odore	Sapore/Consistenza	Che cosa si può fare?
Pesce	Branchie grigie, occhi torbidi, premendo le carni con il polpastrello resta il segno. Aspetto viscido, appiccicoso.	Odore di pesce marcio	Non assaggiare! Rischio di intossicazione alimentare!	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rispettare la data di scadenza sulla confezione.</li> <li>• Se il pesce presenta questi segni va assolutamente gettato.</li> </ul>
Carne (pollame, manzo, maiale, vitello)	Superficie viscida. Per la carne di manzo: premendola con il polpastrello resta il segno.	Odore di muffa, dolciastro	Non assaggiare! Rischio di intossicazione alimentare!	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rispettare la data di scadenza sulla confezione.</li> <li>• Se la carne presenta questi segni va assolutamente gettata.</li> <li>• Separare bene la carne dagli altri alimenti.</li> <li>• Nel frigorifero la carne cruda deve essere sistemata nella zona più fresca, ossia sul ripiano appena sopra lo scomparto delle verdure. Conservare la carne a una temperatura massima di 5 °C.</li> </ul>
Carne macinata	Colore grigiastro, verdastro	Odore di marcio	Non assaggiare! Rischio di intossicazione alimentare	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rispettare la data di scadenza sulla confezione.</li> <li>• Se la carne macinata presenta questi segni va assolutamente gettata.</li> </ul>

## Gruppo di alimenti «Frutta e verdura»

La maggior parte delle verdure comincia semplicemente con l'avvizzire. Il marciume interviene solo molto dopo. Quando le verdure non hanno più un bell'aspetto, si possono sempre cuocere – è la miglior soluzione.

Alimenti	Aspetto	Odore	Sapore/Consistenza	Che cosa si può fare?
Insalata	Superficie ammuffita, punti di marciume, cambiamenti di colore	Odore di marcio	Consistenza floscia, foglie molli	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Togliere le foglie marce; il resto si può ancora consumare.</li> <li>• L'insalata vecchiotta può essere rinfrescata aggiungendo un po' di zucchero all'acqua di risciacquo. Basta lasciarla nell'acqua zuccherata per qualche minuto prima di terminare di lavarla.</li> <li>• In generale l'insalata va mangiata rapidamente; in caso contrario perde il suo contenuto di vitamine.</li> </ul>
Erbe aromatiche	Punti di marciume, cambiamenti di colore	Odore di marcio	Consistenza floscia, gambi e foglie molli	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Togliere le foglioline marce; il resto si può ancora consumare.</li> <li>• Per conservarle più a lungo, metterle in un bicchiere d'acqua, come un mazzetto di fiori. Oppure farle essiccare o congelarle per porzioni. Le erbe che contengono oli, come la salvia o il rosmarino, possono essere essiccate. Le erbe morbide, come l'erba cipollina, il prezzemolo o l'aneto, possono essere congelate.</li> </ul>

Alimenti	Aspetto	Odore	Sapore/Consistenza	Che cosa si può fare?
Patate	Punti di marcescenza, marroni o verdi, muffa  Germogli («occhi»)	Odore di marcio	Consistenza molle, gommosa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• I punti verdi o marroni possono essere tolti, e la patata si può consumare comunque.</li> <li>• Se è coperta di muffa, gettarla nel composto.</li> <li>• I punti verdi (che contengono solanina, una sostanza che, in concentrazione elevate, è velenosa) vanno abbondantemente eliminate.</li> <li>• Utilizzare le patate avvizzite per una minestra.</li> <li>• Togliere i piccoli germogli incidendo in profondità e abbondantemente. Se hanno già formato un germoglio più lungo di un centimetro, la patata andrebbe gettata nel composto, poiché contiene solanina.</li> </ul>
Frutta	Punti coperti di muffa o di marciume	Odore di marcio	Sapore di fermentazione, frizzante, consistenza floscia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eliminare abbondantemente i punti marci e consumare il resto. Se il frutto è ammuffito va gettato nel composto.</li> <li>• Separare subito il frutto ammuffito dagli altri, per impedire che li intacchi.</li> <li>• In generale la frutta fresca va consumata rapidamente; in caso contrario perde il suo contenuto di vitamine.</li> </ul>

## Gruppo di alimenti «Uova e latticini»

Alimenti	Aspetto	Odore	Sapore/Consistenza	Che cosa si può fare?
Burro	Colore giallo scuro	Odore pungente, rancido	Sapore rancido	<ul style="list-style-type: none"> <li>Il burro rancido va gettato.</li> </ul>
Uova	Test del bicchiere d'acqua	Odore di marcio	Consistenza fibrosa (nel caso di uova sode)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Test del bicchiere d'acqua: Immergere l'uovo in un bicchiere d'acqua. L'uovo fresco resta sul fondo. Se resta a metà bicchiere, è un po' vecchio, ma è ancora commestibile. Se viene a galla va assolutamente gettato nel composto.</li> </ul>
Yogurt	Muffa sulla superficie, molte bollicine (il coperchietto si gonfia)	Odore di muffa, di fermentazione	Sapore acido, «pizzica» la lingua come polverina effervescente	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se lo yogurt presenta questi segni va gettato.</li> </ul>

## Gruppo di alimenti «Cereali»

Alimenti	Aspetto	Odore	Sapore/Consistenza	Che cosa si può fare?
Farina	Presenza di parassiti (ad es. tignola, piralide)	Odore di muffa, rancido		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Per verificare la presenza di tignole o simili, setacciare la farina, lisciare la superficie, osservare bene.</li> <li>• Se vi sono segni di parassiti la farina va gettata nel composto.</li> </ul>
Pane	Ammuffito (muffa bianca, blu, verde)	Odore di muffa	Secco, duro	<ul style="list-style-type: none"> <li>• I pezzi di pane secco non ammuffiti possono essere trasformati in crostini o in pangrattato oppure, immersi in un uovo battuto, possono essere arrostiti in padella.</li> <li>• Il pane ammuffito va gettato nel composto.</li> </ul>
Müesli, fiocchi di cereali	Sottile strato di polvere chiara sui pezzetti di frutta secca, presenza di parassiti (ad es. tarme, acari, larve)		Sapore rancido	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se presentano questi segni, le miscele di müesli e i fiocchi di cereali vanno gettati nel composto.</li> </ul>