

## RISPOSTE CORRETTE AL QUESTIONARIO

### “LA CONSERVAZIONE DEGLI ALIMENTI”

#### 1. La temperatura ottimale del frigorifero:

- A) non deve scendere sotto i 4 gradi centigradi
- B) deve essere intorno a 4-5 gradi centigradi
- C) è di 0 gradi centigradi

#### Risposta corretta B

La temperatura giusta per un frigorifero è di circa 4-5°C sulla mensola centrale. Questa temperatura permette di mantenere gli alimenti più freschi, più sicuri ed evita il loro rapido deterioramento, senza modificare le caratteristiche organolettiche. Tuttavia, la temperatura non è costante in ogni parte del frigorifero: il punto più freddo del frigorifero è la mensola più bassa, subito sopra il cassetto per le verdure (circa + 2 °C), mentre la parte più calda è rappresentata dallo sportello.

#### 2. Il corretto congelamento degli alimenti:

- A) blocca la crescita dei batteri ma non li elimina
- B) inattiva le forme parassitarie ed elimina i batteri
- C) non inattiva le forme parassitarie e non elimina i batteri

#### Risposta corretta A

Nel congelatore si raggiungono temperature più basse rispetto al frigorifero, fino a -18/-20 °C; questo permette di conservare più a lungo gli alimenti, rallentando le reazioni enzimatiche e chimiche e lo sviluppo dei microrganismi, che tuttavia non vengono eliminati. Il congelamento consente invece l'inattivazione delle forme parassitarie, ma solamente se effettuato nel modo corretto. Ad esempio per l'inattivazione delle larve di *Anisakis* nel pesce da consumarsi crudo, è necessario congelare il prodotto a temperature inferiori a -20 °C per almeno 24 ore; per l'inattivazione della *Trichinella* nelle carni sono necessari almeno 30 giorni a -15 °C. Le combinazioni di tempo e temperatura di congelamento possono comunque variare in base alle dimensioni dell'alimento.

#### 3. Ogni alimento va posizionato in frigo in base alla sua temperatura di conservazione; i latticini vanno quindi conservati:

- A) nel ripiano più in alto
- B) nel vano della porta

C) nel ripiano più in basso

**Risposta corretta C**

La mensola più bassa del frigorifero è quella con una temperatura più bassa (circa +2 °C), ed è quindi adatta alla conservazione degli alimenti come i latticini, la carne e il pesce.

#### **4. Dopo l'acquisto di carne e pesce freschi, come li posso conservare?**

A) nel ripiano in basso del frigorifero in un unico contenitore ermetico

B) nel ripiano in basso del frigorifero, all'interno di contenitori ermetici separati

C) nel ripiano in alto del frigorifero, all'interno di un piatto

**Risposta corretta B**

La mensola più bassa del frigorifero, come già indicato sopra, è quella con una temperatura più bassa ed è quindi adatta alla conservazione della carne e del pesce, che devono essere posti in contenitori ermetici separati tra loro per evitare cross-contaminazioni, sgradevoli odori e sgocciolamenti nel frigorifero.

#### **5. La data di scadenza:**

A) si trova su tutti gli alimenti venduti sfusi

B) indica la data entro cui le caratteristiche organolettiche (colore, odore, sapore) si mantengono intatte ma non obbliga il commerciante al ritiro dell'alimento dagli scaffali

C) indica la data entro la quale il prodotto mantiene intatte le sue caratteristiche organolettiche (colore, odore, sapore) e di salubrità

**Risposta corretta C**

La data di scadenza di un prodotto è la data entro la quale un alimento può essere venduto e deve essere consumato; la data deve riportare il giorno, il mese ed eventualmente l'anno e viene indicata con la dicitura "da consumarsi entro". Sulla confezione devono essere inoltre riportate le condizioni di conservazione ed eventualmente la temperatura in funzione della quale è stato determinato il periodo di validità. Entro tale data il produttore garantisce la salubrità del prodotto e che si mantengano inalterate le caratteristiche organolettiche dell'alimento. E' importante verificare questa data al momento dell'acquisto e soprattutto durante la conservazione domestica, per poter eventualmente eliminare i prodotti scaduti.

**6. Una corretta cottura degli alimenti: (indica le risposte CORRETTE)**

- A) permette l'eliminazione dei batteri e delle forme parassitarie
- B) riduce il tenore di nutrienti (vitamine e sali minerali)
- C) si evidenzia con una colorazione uniforme anche al cuore del prodotto

Risposte corrette A, B, C

La cottura è un metodo che, a differenza del congelamento, permette l'eliminazione dei batteri; per riconoscere se si tratta di una cottura corretta, il "cuore" dell'alimento deve avere una colorazione uniforme al resto del prodotto e raggiungere almeno una temperatura di 60-65 °C. In questo modo anche le forme parassitarie vengono inattivate. Tuttavia, con la cottura vi è una riduzione consistente di vitamine e sali minerali, che possono però essere integrati con una dieta ricca di frutta e verdura cruda.