TORNA IL WORLD EGG DAY, L'APPUNTAMENTO CHE CELEBRA "L'UOVO"

In Italia se ne consumano 215 pro capite e nel 2009 la produzione è cresciuta del +1%

Roma, 7 ottobre 2010 - **215 uova consumate in media da ogni italiano nel 2009. Una produzione in crescita del +1% per un fatturato del comparto pari a 1.480 milioni di euro.** Con questi numeri **il settore** avicol**o** italiano e quell**o** delle uova si apprestano a festeggiare il consueto appuntamento con **il World Egg Day** (la Giornata Mondiale dell'Uovo, prevista quest'anno per l'8 ottobre). L'iniziativa, voluta da **lEC-International Egg Commission** (l'organismo internazionale che rappresenta gli interessi dei produttori di uova a livello mondiale) e sostenuto da **UNA**, Unione Nazionale dell'Avicoltura, nasce per celebrare "l'uovo", un alimento sano e trasversale, ideale per essere consumato in tutti i momenti della giornata.

In un anno complesso come il 2009 (i **consumi alimentari sono scesi del -3,6%**), le uova si sono distinte per un andamento molto positivo: per quelle destinate al consumo diretto **i prezzi sono cresciuti del 4% e i costi si sono ridotti del 10%,** mentre per quelle destinate all'utilizzo nei vari prodotti alimentari (circa il 36% del totale) i prezzi sono risultati allineati ai costi. Ma a salire è stata anche la **produzione**: sempre nello scorso anno sono state **prodotte 13 miliardi e 84 milioni di uova** contro i 12 miliardi e 952 milioni del 2008 **(+1%)**. Il **consumo**, invece, resta stabile con **12 miliardi e 901,5 milioni di uova**, contro i 12 miliardi e 991,5 milioni del 2008 **(-0,69%)**.

"Si tratta di una produzione di qualità – dice **Aldo Muraro, Presidente dell'UNA** – *in quanto nel nostro Paese poniamo la massima cura nel fornire alla gallina un'alimentazione a base di sostanze naturali quali il granturco ed il grano perché, come è noto, "l'uovo vien dal becco" (cioè è buono se la gallina ha mangiato bene). Possiamo assicurare la*

massima velocità e cura nella raccolta e confezionamento delle uova in modo tale che il prodotto possa arrivare al consumatore nel giro di uno/due giorni dalla deposizione".

Ma chi è il consumatore tipo di questo prodotto? Sicuramente sono **le famiglie** quelle che **hanno acquistato la quota maggioritaria (il 64%), pari a 150 uova**. Apprezzano il prodotto sicuramente perché contiene tutte le sostanze nutritive a noi indispensabili. Le **restanti 65 uova**, sono state **consumate sotto forma di pasta, dolci e preparazioni alimentari varie**.

LE UOVA NEL MONDO

Nel mondo vengono quotidianamente consumate quasi 2 miliardi e mezzo di uova per un totale annuo di **novecento** miliardi di unità. Un consumo che ormai è diffuso ovunque, indifferentemente tra Occidente o Oriente che sia, tra Nord o Sud del mondo. Ma chi consuma più uova sul Pianeta? In testa alla **classifica dei "mangiatori di uova"** troviamo il **Messico con 350 uova consumate all'anno da ogni abitante**, seguito da **Giappone (con 330) e Cina (320)**.

UOVA, UN PRODOTTO UNIVERSALE E NUTRIENTE (ACCESSIBILI A TUTTI)

Le uova rappresentano **uno dei prodotti più versatili oggi disponibili in commercio**, e sono presenti nelle diete di tutto il mondo sia nell'alta cucina che nella colazione più frugale. Con un vantaggio in più rispetto a tanti altri alimenti: le uova **non hanno "orari" e possono trovare spazio nella nostra alimentazione nel corso di tutta la giornata**.

"L'uovo – spiega il **Prof. Marcello Ticca, Libero Docente e Specialista in Scienza dell'Alimentazione –** *rappresenta un **alimento quanto mai consigliabile per i bambini e i ragazzi**. Non a caso, infatti, è uno degli alimenti che vengono di preferenza utilizzati immediatamente dopo lo*

svezzamento, per integrare e completare l'apporto nutritivo del latte. Questo alla luce del suo rilevante contenuto in proteine particolarmente adatte a promuovere i processi di accrescimento. L'uovo è adattissimo anche per le persone anziane – prosegue **Ticca** – *che non solo hanno le stesse necessità degli adulti più giovani per quanto concerne l'apporto in proteine di elevato valore biologico, ma traggono anche vantaggio dal consumo di alimenti facili da masticare e da digerire. Sotto tutti questi aspetti le uova vanno benissimo. E non sarà male ricordare che le uova, nelle dosi consigliate di 2-3 a settimana, non compromettono affatto le funzioni del fegato né incrementano significativamente il livello del colesterolo nel sangue".*

Ad un **costo estremamente contenuto** (nei supermercati vengono vendute – a seconda della marca, del metodo di allevamento, della pezzatura – **da 14 a 40 centesimi l'una, cioè in media a 24 centesimi**), le uova garantiscono sempre un ottimo approvvigionamento di proteine nobili e un basso apporto di calorie e grassi. In Italia un grammo di proteina assunta tramite l'uovo ci costa solo 3,9 centesimi di €, 4,4 centesimi di € tramite la fesa di tacchino e tramite il petto di pollo 4,3 centesimi di €. Se invece ci orientassimo verso il latte ci costerebbe 4,3 centesimi di €, tramite la carne suina 4,8 centesimi di €, 5,1 centesimi di €, tramite la carne bovina 7,5 centesimi di €, 14,7 centesimi di € se la volessimo assumere mangiando del merluzzo, fino ad arrivare ai 19,6 centesimi di € del rombo.

Delle qualità delle uova sono convinti anche all'**Unione Nazionale Consumatori**. Il Segretario generale, **Massimiliano Dona**, conferma che: *"L'uovo è una preziosa fonte di proteine, non a caso vengono definite nobili, e forniscono un valore nutritivo equivalente a quello di 80-100 g di carne"*. Ma cosa cambia tra un uovo proveniente da allevamenti in gabbia, uova biologiche e uova da allevamento all'aperto? *"Non ci sono differenze nell'apporto nutritivo* – spiega **Dona** – *come dimostrano recenti studi dell'U.S.D.A. (Dipartimento dell'Agricoltura Statunitense). Il consumatore può scegliere serenamente anche in considerazione della grande convenienza che questo alimento dall'alto valore proteico offre*".

UNIONE NAZIONALE DELL'AVICOLTURA

L'UOVO IN CUCINA, UN PRODOTTO "D'AUTORE"

L'uovo è un **elemento** semplice ma da **sempre indispensabile sia nella cucina italiana che in quella internazionale**. Questo lo sanno benissimo anche i grandi chef, che hanno deciso di rivisitare l'uovo per trasformarlo in un alimento unico. Nasce così una delle ricette che ha reso celebre lo chef **Carlo Cracco**. Il suo tuorlo d'uovo marinato con fonduta di parmigiano è uno dei suoi piatti più conosciuti ed apprezzati anche a livello internazionale.

Recentemente anche un altro grande chef, **Antonello Colonna**, ha deciso di accettare una nuova sfida: pensare un "panino d'autore", che fosse sì facilmente riproducibile da tutti, ma che portasse in sé l'esclusività di un prodotto unico. E' con questo presupposto che nasce "**open**", un panino internazionale che si apre ai linguaggi moderni dell'alimentazione. Il concetto che sta alla base di questo prodotto è **l'italianizzazione della tradizione gastronomica inglese dello "scramble egg"**. In questo panino l'uovo alla scramble incontra lo zibello, mentre la pancetta italiana si sostituisce al bacon. Infine, l'olio extravergine d'oliva e due fili di erba cipollina, perfetta con la frittata e diffusa un po' in tutto il mondo, completano questo piatto "d'autore".