

Linea guida per la corretta preparazione delle conserve

Pubblicata dall'Istituto Superiore di Sanità una linea guida per la corretta preparazione delle conserve alimentari in ambito domestico e per la prevenzione del rischio più rilevante, il botulismo alimentare.

Roma, 16 Lug ? Ricordando che per il **botulismo alimentare** il primo passo è la prevenzione, sul sito dell' Istituto Superiore di Sanità (ISS) sono state presentate le nuove Linee Guida per la corretta preparazione delle conserve alimentari in ambito domestico. Il volume - realizzato dal Centro Nazionale di Riferimento per il Botulismo dell'ISS in collaborazione con la Facoltà di Bioscienze e Tecnologie Agro-alimentari e Ambientali dell'Università di Teramo e con il Centro Antiveneni di Pavia - vuole fornire indicazioni sulle corrette pratiche di preparazione delle conserve effettuate in ambito domestico ponendo l'accento sulla necessità di applicare determinati trattamenti per ottenere un prodotto sicuro. Infatti eventuali pratiche di preparazione diverse da quelle descritte nel documento possono determinare condizioni tali da permettere lo sviluppo di microrganismi patogeni. Per presentare questa guida semplice e pratica riprendiamo quanto indicato sul sito dell'ISS riguardo alle **regole da seguire**.

Pubblicità

<#? QUI-PUBBLICITA-MIM-[PO20006] ?#>

LE REGOLE DA SEGUIRE

IGIENE PERSONALE E DELLA CUCINA

Particolare riguardo deve essere posto all' igiene personale e della cucina, la prima fonte di contaminazione, infatti, può essere rappresentata proprio da questi due fattori. Il semplice lavaggio delle mani con sapone associato alla frizione meccanica asporta dalla pelle gran parte dei microrganismi che vi sono presenti. In generale il lavaggio delle mani deve essere fatto:

- ? immediatamente prima di iniziare la manipolazione degli alimenti e ogni qual volta si cambia il tipo di preparazione
- ? ogni volta che le mani appaiono visibilmente sporche
- ? dopo essere stati in bagno
- ? dopo aver mangiato, fumato, tossito o starnutito
- ? dopo aver toccato o manipolato qualsiasi potenziale fonte di contaminazione (alimenti crudi, animali domestici, rifiuti, ecc.)

ATTREZZATURE

Per la preparazione delle conserve sono necessari diversi utensili comunemente disponibili in una cucina domestica. Il vetro è il materiale migliore, anche se possono essere utilizzati contenitori in metallo. Il vetro, infatti, non assorbe odori. Se rimane perfettamente integro, può essere riutilizzato innumerevoli volte, e può essere facilmente lavato anche in lavastoviglie e sterilizzato. Inoltre essendo trasparente permette un'immediata ispezione dei prodotti conservati consentendo di evidenziare eventuali anomalie senza aprire il barattolo. Di contro, la trasparenza del vetro permette il passaggio della luce che può provocare modificazioni del colore del prodotto, per questo motivo è necessario collocare le conserve in luoghi al riparo dalla luce.

SCELTA DEGLI INGREDIENTI

La scelta degli ingredienti è una fase assolutamente cruciale per il processo di produzione delle conserve. Per ottenere conserve di frutta e di verdura che mantengano intatti i sapori, gli aromi e le fragranze delle materie prime, è ideale scegliere sempre prodotti di stagione, perché più ricchi di sali minerali, vitamine, e nutrienti. Il rischio che i vegetali possano contenere residui di pesticidi e antiparassitari può essere superato scegliendo prodotti biologici. Se infine si riesce ad utilizzare i prodotti del proprio orto, è consigliabile preparare le conserve entro 6-12 ore dalla raccolta. In caso contrario è consigliabile conservare le materie

prime in frigorifero fino al momento dell'utilizzo. L'aceto deve essere di vino, meglio se bianco. L'olio deve essere di primissima qualità. Si raccomanda l'utilizzo di olio extravergine di oliva. Per quanto riguarda lo zucchero, è consigliabile usare quello semolato perché non altera il sapore e il profumo della frutta. In sostituzione si può trovare in commercio uno zucchero speciale per confetture che contiene anche la pectina. Per le conserve sotto sale si consiglia l'uso di sale marino. Il sale raffinato può tuttavia essere utilizzato per insaporire le conserve.

SELEZIONE E LAVAGGIO DEI PRODOTTI

Le materie prime utilizzate per la preparazione delle conserve dovrebbero essere processate al più presto possibile dopo la raccolta per evitare la perdita di alcune delle loro caratteristiche organolettiche e nutrizionali. Lavare le materie prime sotto acqua corrente in modo da eliminare le particelle di terra ed altri eventuali residui. L'immersione per qualche minuto in acqua contenente il bicarbonato di sodio può essere utile per ridurre le tracce di pesticidi dalla superficie esterna dei vegetali.

SANIFICAZIONE DEI CONTENITORI

Spesso questa operazione viene indicata come sterilizzazione dei contenitori e dei tappi. Bisogna specificare che il termine sterilizzazione si riferisce ad un trattamento in grado di distruggere tutte le forme microbiche, comprese le spore. Le spore sono molto resistenti al calore e alla temperatura di 100°C potrebbero essere necessari anche tempi di trattamento lunghi più di 5-6 ore.

RIEMPIMENTO DEI CONTENITORI

Questa operazione è molto importante e deve essere effettuata correttamente. I contenitori non vanno mai riempiti fino all'orlo, ma è necessario lasciare uno spazio vuoto che, nel gergo tecnico, viene definito "spazio di testa". Tale spazio è indispensabile affinché all'interno del contenitore si generi il vuoto, inoltre, serve per contenere l'aumento del volume della conserva durante il trattamento termico.

PASTORIZZAZIONE DELLE CONSERVE

L'unico trattamento di stabilizzazione termica che può essere applicato in ambiente domestico è la pastorizzazione. Tale trattamento deve essere effettuato immergendo completamente i contenitori in acqua. Coprire la pentola con il coperchio e portare l'acqua ad ebollizione. A questo punto l'erogazione del calore può essere regolata ad un livello più basso, ma comunque in grado di garantire sempre un'ebollizione uniforme e vigorosa.

ISPEZIONE DEI CONTENITORI

Dopo la pastorizzazione, il contenuto dei vasetti sarà visibilmente diminuito a causa dell'estrazione dell'aria. Trascorse 12-24 ore dalla pastorizzazione, quando i contenitori saranno ben raffreddati, devono essere accuratamente ispezionati per valutare l'ermeticità della chiusura e il raggiungimento del vuoto. I tappi o capsule di metallo dovranno apparire leggermente concavi (incurvati verso l'interno del contenitore). Premendo con il dito al centro della capsula o del tappo non si deve udire un "click clack". Un'ulteriore prova può essere fatta battendo con un cucchiaio sul tappo. Se il tappo emette un suono metallico, la chiusura è ermetica e il contenitore sotto vuoto, se altrimenti emette un suono profondo, il contenitore non è sottovuoto.

CONSERVE DI POMODORO

Le preparazioni a base di pomodoro sono tradizionalmente le conserve maggiormente preparate in ambito domestico. Le più importanti sono la passata, i concentrati e i pelati.

Generalmente il pH del pomodoro varia da 3,9 a 4,6. Per la preparazione delle passate è preferibile utilizzare cultivar più acide (pH < 4,3) per diminuire i tempi di pastorizzazione. Qualora i pomodori non fossero sufficientemente acidi, sarà possibile acidificarli aggiungendo succo di limone oppure acido citrico.

La pastorizzazione si effettua partendo da acqua fredda. La pastorizzazione della passata di pomodoro in contenitori da un litro deve durare almeno 40 minuti. Se i contenitori sono da mezzo litro, saranno sufficienti 35 minuti di trattamento (dal momento dell'ebollizione dell'acqua). È importante notare che nella passata di pomodoro domestica, dopo la pastorizzazione si separa la fase liquida (di colore giallognolo) dalla polpa.

Per la preparazione dei concentrati, una volta ottenuta la passata, si può eliminare l'acqua in eccesso per filtrazione con un panno di lino o cotone puliti. A questo scopo il panno può essere una sorta di sacco oppure una federa. Si fa osservare che questo sistema di concentrazione è molto lento. Alternativamente, l'acqua in eccesso può essere eliminata facendo cuocere la passata per circa 2-3 ore a fiamma medio-bassa senza coperchio. Questa operazione può essere effettuata anche partendo da pomodori in pezzi. Ovviamente, concentrando la passata mediante bollitura, il prodotto deve essere invasato a caldo e la successiva pastorizzazione sarà effettuata partendo da acqua calda (alla stessa temperatura del concentrato).

Infine, per la realizzazione dei pelati, dopo aver selezionato i frutti maturi, sodi e privi di imperfezioni, lavarli in acqua corrente

e praticare su ognuno un taglio a croce. Mettere sul fuoco una pentola e quando l'acqua inizierà a bollire scottarli per 2-3 minuti. Rimuovere i pomodori dall'acqua con una "schiumarola", aspettare che si raffreddino, togliere la pelle e invasare. Chiudete quindi i barattoli e pastorizzare con le modalità riportate per la passata.

Centro Nazionale di Riferimento per il Botulismo dell'ISS, Facoltà di Bioscienze e Tecnologie Agro-alimentari e Ambientali dell'Università di Teramo, Centro Antiveneni di Pavia " [Linee Guida per la corretta preparazione delle conserve alimentari in ambito domestico](#)" (formato PDF, 1.52 MB).

Fonte: [ISS](#)



Questo articolo è pubblicato sotto una [Licenza Creative Commons](#).

www.puntosicuro.it