



Chi siamo

Prima di Partire

I Consigli dei Dottori

Visitati per Voi

News ←

Home

Links

 email

SOSUSHI DICE NO ALLA SUSHI-FOBIA

- Mangiare pesce crudo in sicurezza si può -

Le recenti ispezioni igienico-sanitarie all'interno di numerosi ristoranti giapponesi e conseguente campagna mediatica, hanno messo in prima pagina problematiche come quelle della conservazione del pesce, della contaminazione da anisakis e dell'estinzione della specie ittica "tonno rosso". **Sosushi**, la catena di cucina giapponese più diffusa in Italia, desidera fare chiarezza sulle polemiche emerse nell'ultimo periodo, per non bandire il piatto principe della cucina del Sol Levante dalla tavola degli italiani.

Ma che cos'è l'anisakis? "L'anisakis è un parassita che può essere presente nel pesce crudo, o poco cotto, ed è in grado di causare una parassitosi o reazioni allergiche nel soggetto che lo ingerisce. La parassitosi acuta si manifesta con sintomi quali dolori addominali, nausea, vomito e diarrea. Ma può presentarsi anche in forma attenuata che facilita la crescita indisturbata del "verme" nell'apparato gastro-enterico (stomaco e intestino). C'è un regolamento europeo (n°853/2004 in tema di prevenzione dei parassiti) che sancisce l'obbligatorietà del congelamento preventivo per scongiurare ogni tipo di rischio" parola del medico chirurgo e nutrizionista **Domenico Tiso** che collabora con la catena di cucina giapponese. Il medico ha recentemente partecipato al seminario "Anisakiasi: prevenire è necessario" tenutosi a Bologna lo scorso 9 giugno. Nel convegno, organizzato dal Servizio Veterinario e Igiene Alimenti della Regione Emilia Romagna e dal Dipartimento di Sanità Pubblica di Bologna, si è parlato delle tecniche di prevenzione, della diagnosi e terapia della parassitosi e soprattutto di come garantire al consumatore alimenti salubri e privi di rischi. "Dal seminario - racconta Tiso - è emerso chiaramente che il pesce per essere mangiato crudo va trattato con l'abbattitore di temperatura ad almeno - 20° per 24 ore".

Il sushi è un alimento della salute, e Sosushi ne è da sempre fermo sostenitore, e mangiare pesce crudo in sicurezza è possibile adottando alcuni piccoli ma indispensabili accorgimenti. E' abbastanza sconcertante che dal 1992 ad oggi nessuna istituzione si sia mai presa l'impegno di spiegare i rischi legati al consumo di pesce crudo. A testimonianza dell'attenzione di Sosushi alla salute e alla sicurezza alimentare vi è il libro *Sushi, gusto e benessere* (Pendragon), scritto da **Sara Roversi** e dal cuoco giapponese **Aisu Hirotsugu**, e dal medico **Domenico**



Tiso. "Il pesce - sottolinea Tiso - è un alimento che dobbiamo mangiare più frequentemente di quanto facciamo attualmente per apportare la giusta quantità di omega 3 alle nostre cellule. Gli omega 3 sono indispensabili per la salute perché contrastano l'eccesso di radicali liberi e lo stress ossidativo che è alla base di molti disturbi delle società occidentali".

Il volume, oltre a raccontare le eccellenti proprietà nutritive del pesce e degli ingredienti della cucina giapponese, illustra in maniera semplice e completa le tecniche utili alla prevenzione dei rischi correlati al consumo di pesce crudo. Il Dottor **Alessandro Cantamessa**, medico veterinario, esperto in igiene e sicurezza, oltre a supervisionare costantemente tutta l'attività di Sosushi ha trattato tutta la parte del volume relativa alla sicurezza alimentare. Sosushi dedica da sempre una meticolosa attenzione alla qualità del prodotto, che viene controllato lungo tutta la filiera, con la sicurezza dell'abbattimento veloce della temperatura il sushi è assimilabile al pesce fresco. Inoltre, Sosushi prepara artigianalmente ogni suo piatto, ulteriore garanzia di freschezza e giusta conservazione.

Ma il pericolo non è solo al ristorante ma anche tra le mura domestiche. Le classiche alici marinate, infatti, possono nascondere il parassita anisakis e, anche in questo caso, per scongiurare il rischio è necessario il congelamento mentre risultano del tutto inutili i tradizionali metodi casalinghi come l'uso dell'aceto e del limone. In Italia, infatti, la gran parte dei casi di anisakiasi è dovuta al consumo delle tanto amate alici marinate.

Dopo anni di battaglie, è recente la richiesta di Bruxelles rivolta all'Ue perché si faccia pressione sull'entrata in vigore di un divieto internazionale nel commercio del Bluefin Tuna, anche detto Tonno Rosso dell'Atlantico, attualmente in pericolo di estinzione. Sosushi, sensibile alla causa, fin dagli esordi ha deciso di allinearsi alle tendenze mondiali e non utilizzare tonno rosso per la preparazione dei suoi piatti; la catena sceglie così la qualità Albacora, più comunemente nota come "Tonno a pinna gialla" per tutte le sue pietanze.



Pesce è quindi sinonimo di salute, e il pesce crudo mantiene maggiormente intatte le proprietà nutritive che andrebbero invece perse con la cottura. Medici, nutrizionisti e dietologi consigliano l'assunzione di pesce almeno due-tre volte alla settimana. E mangiare pesce crudo in sicurezza si può grazie all'alta tecnologia, alla garanzia di

provenienza e ad un marchio che mette al primo posto la salute del consumatore.