

Tutto è nato dalla ricetta di una torta tradizionale. Alcune aziende si sono già fatte avanti per commercializzare il prodotto

Inventata al Percoto la merendina dietetica

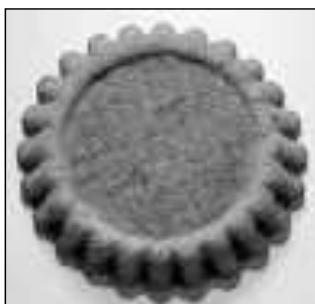
Le studentesse del liceo udinese l'hanno presentata a InnovAction Young

Non più solo patatine, pizzette, tramezzini o snack ipercalorici. La vasta gamma delle "tentazioni" alimentari offerte dalla maggior parte dei distributori automatici attualmente in funzione (solo alcuni propongono anche la frutta), potrebbe ampliarsi con una novità "culinaria" che invece è

molto più salutare e per di più made in Friuli, visto che è stata ideata dalle studentesse del Percoto: si tratta di un dolce casalingo in formato "merendina" con un modestissimo contenuto di grassi. L'ideale, insomma, per un break gustoso e leggero che fornisce energia senza "appesantire".

Il progetto – come si diceva – è stato sviluppato dalle studentesse della classe seconda A, indirizzo linguistico, del liceo Caterina Percoto di Udine e presentata dalle allieve in occasione di InnovAction Young. Le ragazze hanno voluto utilizzare la ricetta di una torta tradizionale. Gli ingredienti di base per 8 persone sono: composta di frutta o in alternativa un chilo di mele o di pere, 150 grammi di zucchero, 150 grammi di farina 00, 1 uovo, 1 bustina di lievito, 1 pizzico di sale, latte scremato se necessario.

A ripercorrere le tappe di questa esperienza che ha preso forma nell'ambito del progetto provinciale "Sani e Sicuri" a cui il liceo Percoto ha aderito con una serie di iniziative, è la professoressa di scienze della 2ª A, Mariella Ciani, da anni impegnata nella promozione dei valori di una sana alimentazione.



Il dolce ideato dalle studentesse

«Il tutto è nato durante un corso di cucina dietetica per adulti a cui è intervenuta in qualità di "docente" Milena Fioretti Broglia, maestra dell'Accademia italiana di cucina – spiega la professoressa Ciani –; è stata proprio lei a preparare la torta e a sottolinearne i pregi. Date le virtù del preparato, ho pensato di proporlo alle allieve come "esercizio casalingo" di sana alimentazione un esperimento finalizzato an-

che a convincere i genitori che un dolce è buono anche senza grassi. Questo tipo di prevenzione, definita "primaria" è, infatti, una delle leve su cui puntare per combattere l'obesità e diminuire il rischio di malattie cardiovascolari».

La professoressa spiega anche come è nata l'idea della merendina: «Ricevuto l'invito a partecipare al Salone della conoscenza abbiamo pensato a un possibile utilizzo "innovativo" di questa torta. E così sono nate le merendine di nonna Milena che hanno superato anche i test effettuati dalla professoressa Mara Stecchini del dipartimento di scienze degli alimenti dell'Università di Udine».

Lo snack ha attirato l'attenzione di alcune realtà imprenditoriali del settore che si sono "fatte avanti" per verificare un'eventuale produzione e commercializzazione.

Ilaria Gonano