



MODULE IT – ATTIVITA' PREPARATORIE

Analisi di sostenibilità della ricetta

Introduzione alla sostenibilità alimentare

Il concetto di sostenibilità è qualcosa di molto attuale e trova applicazione in numerosi campi, compreso quello alimentare.

La sostenibilità è definita come uno “sviluppo che soddisfa i bisogni del presente senza compromettere la capacità delle generazioni future di realizzare i propri”.

La sostenibilità alimentare è un concetto che propone il consumo di alimenti nutrizionalmente sani e coltivati con un basso impatto ambientale.

Vediamo questo breve video: https://www.youtube.com/watch?v=qoPHjeE_fk

Una **dieta sostenibile** è rispettosa della biodiversità e dell'ecosistema, eticamente corretto, economicamente accessibile, sano e sicuro dal punto di vista nutrizionale.

Ecco una procedura che permette di analizzare i fattori che definiscono la sostenibilità di una ricetta:

Utilizza lo schema allegato per l'analisi delle ricette. Lo schema potrà essere dato agli studenti vuoto mentre potrà essere compilato per ogni ricetta dai rispettivi partner per permettere di avere le giuste informazioni per il lavoro in classe. I punti trattati sono i seguenti:

1. Utilizzando la scheda della ricetta, suddividi gli ingredienti in funzione:
 - Della loro **origine** in prodotti **animali e vegetali**. Tra le osservazioni far annotare che l'impatto dell'allevamento e delle monoculture è molto elevato.
 - Della lavorazione in ingredienti **lavorati e non lavorati**. Più gli ingredienti subiscono processi, più utilizziamo risorse per ottenerli.
2. Individua tra gli ingredienti quelli locali, quelli nazionali e quelli che arrivano da molto lontano. Nelle osservazioni bisogna tenere in considerazione l'impatto legato al **trasporto**.
3. Valutare la tipologia di **carni** e provare a definire l'impatto ambientale della specifica tipologia di allevamento; L'insegnante provvederà ad aggiungere informazioni.
4. In presenza di **prodotti ittici** definire l'impatto legato alla produzione dello specifico componente;
5. Individuare le **certificazioni** presenti negli ingredienti, in particolare i prodotti biologici e marchi di qualità. Definire quali caratteristiche hanno e valutare il significato di eventuali marchi di qualità.
6. Valutare gli **imballaggi** degli ingredienti, il loro smaltimento e provare a definire una possibile modalità di riduzione o ottimizzazione.
7. Definire quali rifiuti della lavorazione possono essere utilizzati per il **compostaggio** o la **raccolta dell'organico**.





8. Definire in che modo la **lavorazione** e la **modalità di cottura** incide sull'ambiente attraverso il relativo consumo di energia. Proporre eventuali soluzioni.
9. Proporre delle **ipotetiche variazioni nella ricetta** che possano rendere il piatto più sostenibile. Sostituzione degli ingredienti, variazione modalità di cottura etc.
10. Valutare e proporre soluzioni per porre rimedio all'eventuale **spreco alimentare** del piatto finito. Per esempio modalità alternative di riuso del cibo avanzato, ottimizzazione delle dosi degli ingredienti etc