

SALUMI ITALIANI DOP E IGP



un Patrimonio *unico* al mondo



AGGIORNAMENTO NUTRIZIONALE ED. 2017

I nuovi valori nutrizionali di 6 Salumi Italiani Tutelati DOP:
Coppa Piacentina, Pancetta Piacentina, Salame Piacentino,
Salame Brianza, Salame di Varzi e Prosciutto Toscano

mipaaf

Ministero delle
politiche agricole
alimentari e forestali

Finanziato con il contributo Mipaaf DM 59720 del 7.9.2015

EDITORIALE

La ricerca in nutrizione pone la sua attenzione alla stretta relazione tra alimenti e stato di salute dell'uomo, partendo dall'approfondimento della conoscenza degli alimenti fino ad arrivare al complesso rapporto tra alimentazione e prevenzione di alcune malattie. E' ormai accertato che un'alimentazione inadeguata svolge un ruolo di primo piano come fattore responsabile di un vasto numero di malattie croniche e che, al contrario, un'alimentazione varia ed equilibrata, è la possibile via di prevenzione delle stesse. Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, circa un terzo delle malattie cardiovascolari e dei tumori potrebbero essere evitati grazie a una alimentazione sana ed equilibrata. Questa attenzione al rapporto Nutrizione e Salute è anche figlia dell'evoluzione del consumatore, che coniuga la ricerca di qualità e tipicità, sempre più riconosciute come caratteristiche essenziali del prodotto alimentare, alla domanda di prodotti che possano essere parte integrante di un'alimentazione varia, sana ed equilibrata. Questi temi hanno dato linfa e stimoli allo sviluppo della ricerca e della tecnologia nel campo della nutrizione per migliorare, per quanto possibile, i prodotti al consumo.

Tra i prodotti di qualità dell'agroalimentare italiano, i Salumi DOP e IGP sono oggi sempre più consumati e apprezzati in tutto il mondo, grazie a caratteristiche tipiche e inconfondibili quali il gusto, il legame con il territorio d'origine e la qualità certificata. Tale riconoscimento non ha fermato tuttavia l'impegno del comparto della salumeria italiana, che da anni ha dato vita a un percorso di miglioramento degli aspetti nutrizionali per i Salumi tutelati. Un'opera importante, cui partecipa attivamente tutta la filiera - dall'allevamento alle tecnologie di produzione - nel rispetto delle ricette e delle lavorazioni tradizionali. I Salumi, nello specifico le produzioni DOP e IGP, si pongono al punto d'incontro tra queste tendenze, grazie alle loro qualità uniche che coniugano gusto, tradizione, versatilità e validità nutrizionale: alimenti che, se adeguatamente consumati, sono idonei a tutte le fasce di popolazione e ai mutevoli e differenti stili di vita. L'impegno del comparto si è quindi tradotto in un netto e costante miglioramento nutrizionale dei Salumi italiani - come evidenziato dai lavori di ricerca al centro delle recenti pubblicazioni.

Questo documento, da intendersi quale integrazione ai volumi pubblicati sino ad oggi, vuole quindi fornire un approfondimento delle analisi sulla composizione nutrizionale dei Salumi, promosse da ISIT e condotte dal Centro di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione (CREA-AN, ex INRAN- Istituto Nazionale di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione) e dalla Stazione Sperimentale per l'Industria delle Conserve Alimentari (SSICA). Tale studio risponde, senza alcun dubbio, alle finalità del Centro di Ricerca CREA Alimenti e Nutrizione e costituisce un ottimo esempio della collaborazione tra il mondo imprenditoriale e quello della ricerca.

Sei sono i Salumi italiani Tutelati con denominazione di origine protetta al centro della presente pubblicazione: Coppa Piacentina DOP, Pancetta Piacentina DOP, Salame Piacentino DOP, Salame Brianza DOP, Salame di Varzi DOP e Prosciutto Toscano DOP.

Il presente lavoro costituisce anche un aggiornamento, occasione per riflettere sul comparto della salumeria italiana e creare momenti di relazione e di contatto con la comunità scientifica ed il consumatore.

Non mi resta che augurarVi una buona lettura.

*Direttore Centro di Ricerca CREA - Alimenti e Nutrizione
Elisabetta Lupotto*

CENTRO DI RICERCA CREA

ALIMENTI E NUTRIZIONE

Il nuovo Centro di Ricerca CREA-AN nasce nel 2013 dall'assorbimento dell'INRAN nel Consiglio per la Ricerca in Agricoltura e l'analisi dell'Economia Agraria (CREA), andando così a costituire un **nuovo Centro di Ricerca che raccoglie le competenze, le attività di ricerca e il personale dell'ex-INRAN.**

Le attività del Centro prevedono “la **valorizzazione tecnologica e nutrizionale dei prodotti agroalimentari**, il supporto scientifico in materia di nutrizione per il settore agroalimentare anche attraverso apposite attestazioni di qualità degli alimenti e, non ultima, la **diffusione di dati nutrizionali aggiornati** sia al mondo scientifico che a quello dei consumatori”. In questo ambito, lo studio sulla composizione dei prodotti carnei Italiani ricade senza alcun dubbio nelle finalità del Centro e costituisce anche un ottimo esempio

di collaborazione tra il settore produttivo e quello della ricerca.

In questo studio il CREA-AN ha contribuito alla definizione del profilo in nutrienti (macro-nutrienti, minerali, elementi in traccia, vitamina E) e additivi (cloruro di sodio, nitrati, nitriti).

Ringraziamenti

Un particolare ringraziamento va allo staff del Gruppo di Ricerca: Altero Aguzzi, Paolo Gabrielli, Emanuela Camilli, Josè Sanchez del Purgar Rico che, con il loro lavoro sperimentale, hanno contribuito alla produzione dei dati scientifici.

*Massimo Lucarini e Ginevra Lombardi Boccia,
Scienze degli Alimenti CREA-AN*

SSICA

La Stazione Sperimentale per l'Industria delle Conserve Alimentari (SSICA) nasce nel 1922 a Parma per promuovere, attraverso attività di ricerca applicata, consulenza, formazione e divulgazione, **il progresso tecnico-scientifico dell'industria italiana di produzione di derivati di origine animale e vegetale.** SSICA è dotata di laboratori analitici attrezzati con apparecchiature avanzate per analisi microbiologiche, chimiche e sensoriali per la valutazione dei prodotti finiti in termini di sicurezza, qualità nutrizionale e organolettica. La struttura si avvale anche di impianti tecnologici pilota per la sperimentazione di nuovi processi di trasformazione e l'applicazione pre-industriale di tecniche innovative di trattamento e stabilizzazione degli alimenti. Attualmente SSICA è una Fondazione della Camera di Commercio di Parma.

Facendo seguito alla precedente collaborazione con CREA-NUT che ha portato alla stesura nel 2011 di “**SALUMI ITALIANI: Nuovi Valori, Nuovo Valore**”, in questa occasione SSICA ha contribuito allo studio

sulla composizione dei prodotti carnei mediante la definizione del profilo in Vitamine B₁, B₂, B₃, B₆ e B₁₂, amminoacidi liberi e dipeptidi antiossidanti carnosina e anserina.

Ringraziamenti

Un ringraziamento speciale a tutto al gruppo di Ricerca della SSICA e in particolare alla Dott.ssa Nicoletta Simoncini, per aver contribuito alla definizione dei profili nutrizionali. Si ringraziano, inoltre, l'Istituto Salumi Italiani Tutelati (ISIT), per aver provveduto a selezionare e campionare i salumi oggetto dell'indagine presso le Aziende produttrici, ed il Centro di Ricerca CREA-AN, per aver preparato e inviato i campioni per le determinazioni analitiche.

*Roberta Virgili e Giovanna Saccani,
SSICA*

Criteri di produzione dei dati

Il piano sperimentale è stato definito individuando, in collaborazione con ISIT, un massimo di 5 aziende per ogni prodotto. Le aziende hanno fornito, per ciascun prodotto, due campioni analoghi per stagionatura, dimensioni e peso ma provenienti da due lotti diversi di produzione. I criteri generali adottati per la produzione dei dati sono quelli suggeriti dalle linee guida internazionali per la produzione di database nutrizionali (Greenfield & Southgate, Food Composition Data. Production, Management and Use. FAO, Rome, 2003). I valori riportati nelle tabelle rappresentano la media aritmetica delle analisi effettuate.

INDICE

01

PREFAZIONE



01.1.....pag.4
L' ISTITUTO SALUMI ITALIANI TUTELATI

01.2.....pag.5
I PRODOTTI DOP E IGP E I CONSORZI DI TUTELA

02

**ANALISI NUTRIZIONALI:
LE CONFERME DEL 2017**



02.1.....pag.6
L'EVOLUZIONE DEI SALUMI ITALIANI TUTELATI

02.2.....pag.7
IL CONTENUTO LIPIDICO

02.3.....pag.8
IL SALE AGGIUNTO E GLI ALTRI CONSERVANTI

02.4.....pag.8
I MICRONUTRIENTI: VITAMINE E SALI MINERALI

03

CONCLUSIONI



03.1.....pag.10
I SALUMI ITALIANI IN UN'ALIMENTAZIONE EQUILIBRATA

04

APPENDICE



04.1.....pag.12
LE NUOVE TABELLE NUTRIZIONALI DEI SALUMI ITALIANI

04.2.....pag.21
IL MIGLIORAMENTO NUTRIZIONALE DAL 1993

04.3.....pag.24
PORZIONI DI BENESSERE: NUTRIENTI CONTENUTI IN 50 g RISPETTO ALL'APPORTO CONSIGLIATO PER UN ADULTO

Il presente documento si propone di fornire un aggiornamento sui nuovi valori nutrizionali di 6 Salumi Italiani Tutelati, emersi dalle analisi effettuate dal CREA-AN, e costituisce un addendum alle precedenti pubblicazioni. I nuovi valori nutrizionali rispecchiano l'attenzione e la dedizione che l'industria di settore ha saputo riservare alle nuove, rilevanti tematiche che mettono in relazione alimentazione e salute.



01. PREFAZIONE

DOP E IGP: QUALITÀ CERTIFICATA

L'Italia si distingue per un patrimonio agroalimentare unico in termini di ricchezza, varietà e pregio, in particolare per quanto concerne i prodotti DOP e IGP che hanno caratteristiche uniche strettamente legate al territorio d'origine. Una tale prolificità è legata alla particolarità del territorio e della storia italiana, che ha permesso la creazione e il mantenimento nel tempo di tradizioni produttive, gastronomiche e culturali molto diversificate.

01.1 L'ISTITUTO SALUMI ITALIANI TUTELATI

ISIT (Istituto Salumi Italiani Tutelati) nasce nel 1999 per svolgere azioni di coordinamento strategico e operativo tra i Consorzi. **ISIT in quanto associazione di riferimento per il comparto salumi DOP e IGP, ha come scopo la tutela, la promozione, la valorizzazione e la cura generale degli interessi relativi al comparto della salumeria italiana tutelata, in quanto associazione di riferimento per il comparto DOP e IGP.** Il presente addendum al progetto di studio e analisi della composizione nutrizionale dei salumi risponde proprio alle finalità dell'Istituto e si prefigge di fornire un utile strumento per i professionisti che si occupano di alimentazione e nutrizione e garantire una completa e aggiornata informazione al consumatore.

ISIT vanta oggi una grande rappresentatività nel comparto delle produzioni tutelate, associando attualmente 16 Consorzi che tutelano e promuovono 22 specialità DOP e IGP, autentici portavoce del Made in Italy in termini di qualità, tradizione e legame con il territorio.

I 16 CONSORZI DI TUTELA ADERENTI

	CONSORZIO DI TUTELA BRESOLA DELLA VALTELLINA		CONSORZIO DEL PROSCIUTTO TOSCANO
	CONSORZIO CACCIATORE ITALIANO		CONSORZIO SALAME BRIANZA
	CONSORZIO DI TUTELA DELLA COPPA DI PARMA IGP		CONSORZIO DI TUTELA DEL SALAME FELINO IGP
	CONSORZIO DI TUTELA DEL CULATELLO DI ZIBELLO		CONSORZIO DI TUTELA DEL SALAME DI VARZI
	CONSORZIO MORTADELLA BOLOGNA		CONSORZIO DI TUTELA DEI SALUMI DI CALABRIA A DOP
	CONSORZIO PROSCIUTTO DI CARPEGNA		CONSORZIO SALUMI DOP PIACENTINI
	CONSORZIO DEL PROSCIUTTO DI MODENA		CONSORZIO TUTELA SPECK ALTO ADIGE
	CONSORZIO DEL PROSCIUTTO DI SAN DANIELE		CONSORZIO ZAMPONE E COTECHINO MODENA IGP



I 22 SALUMI RAPPRESENTATI DA ISIT



CAPOCOLLO DI CALABRIA
COPPA PIACENTINA
CULATELLO DI ZIBELLO
PANCETTA DI CALABRIA
PANCETTA PIACENTINA

PROSCIUTTO DI CARPEGNA
PROSCIUTTO DI MODENA
PROSCIUTTO DI SAN DANIELE
PROSCIUTTO TOSCANO
SALAME BRIANZA

SALAME DI VARZI
SALAME PIACENTINO
SALAMINI ITALIANI ALLA CACCIATORA
SALSICCIA DI CALABRIA
SOPPRESSATA DI CALABRIA



BRESAOLA DELLA VALTELLINA
COPPA DI PARMA
COTECHINO MODENA
MORTADELLA BOLOGNA

SALAME FELINO
SPECK ALTO ADIGE
ZAMPONE MODENA

01.2 I PRODOTTI DOP E IGP E I CONSORZI DI TUTELA

Per riconoscere e valorizzare le eccellenze agroalimentari l'Unione Europea ha varato una **precisa normativa**, stabilendo due riconoscimenti - **DOP e IGP** - che riconoscono e salvaguardano prodotti con un forte legame con il territorio di origine, inteso come ambiente geografico che comprende sia fattori naturali (clima, caratteristiche ambientali), sia fattori umani (tecniche di produzione tramandate nel tempo, artigianalità, know-how).

Attraverso il sistema di qualità delle DOP e IGP, l'Unione Europea si prefigge di **proteggere i prodotti**, sostenere il sistema produttivo e l'economia del territorio e nel contempo tutelare i consumatori, fornendo informazioni e garanzie relativamente alle caratteristiche degli stessi.

DOP e IGP costituiscono dunque una valida garanzia per il consumatore, che sa così di acquistare alimenti con caratteristiche uniche, **espressione del legame con un determinato territorio**.

In Italia, la supervisione del sistema DOP e IGP è affidata al **Ministero delle Politiche Agricole Alimentari e Forestali** (Mipaaf). Altri attori importanti del

sistema sono i **Consorzi di Tutela**, organismi senza scopo di lucro nati per salvaguardare, promuovere e valorizzare i prodotti DOP e IGP.

La Denominazione di Origine Protetta (DOP) identifica prodotti alimentari e agricoli le cui caratteristiche sono dovute sostanzialmente ad un particolare ambiente geografico. Il processo produttivo deve essere conforme ad un preciso disciplinare di produzione, nel rispetto della ricetta tradizionale. Per ottenere il riconoscimento, tutte le fasi della produzione, trasformazione ed elaborazione devono avvenire nell'area geografica delimitata.

L'Indicazione Geografica Protetta (IGP) identifica prodotti alimentari e agricoli legati ad una determinata zona geografica alla quale può essere attribuita una specifica qualità, la reputazione o un'altra caratteristica. Il processo produttivo deve essere conforme ad un preciso disciplinare di produzione, nel rispetto della ricetta tradizionale. Per ottenere il riconoscimento, almeno una fase della produzione, trasformazione o elaborazione deve avvenire nell'area delimitata.

02 - ANALISI NUTRIZIONALI: LE CONFERME DEL 2017

Ad integrazione e aggiornamento del lavoro di analisi intrapreso da diversi anni, sono state condotte nuove analisi nutrizionali su 6 Salumi Italiani Tutelati DOP: Coppa Piacentina, Pancetta Piacentina, Salame Piacentino, Salame Brianza, Salame di Varzi e Prosciutto Toscano (sgrassato e non). L'analisi dei valori nutrizionali su questi nuovi prodotti costituisce un'ulteriore testimonianza dell'evoluzione nutrizionale dei Salumi Italiani e offre inoltre un punto di riferimento sicuro e affidabile per le aziende produttrici, per i professionisti che si occupano di alimentazione e nutrizione e anche per i consumatori. I risultati confermano il trend positivo di miglioramento nutrizionale emerso dalle indagini 2011.

02.1 L'EVOLUZIONE DEI SALUMI ITALIANI

I salumi, in particolare i DOP e IGP, rappresentano una delle eccellenze dell'agroalimentare italiano, raccontano un "saper fare" che arriva da lontano e parlano di un territorio di cui ne sono anche espressione dell'identità culturale e storica. Se gusto e versatilità sono caratteristiche intrinseche dei salumi, grazie ad un continuo miglioramento nutrizionale si prestano a rispondere in maniera adeguata alla crescente attenzione dei consumatori per prodotti di qualità, con un forte legame con

il territorio e in linea con regimi alimentari nutrizionalmente equilibrati.

Le innovazioni più recenti in merito alle tecniche di allevamento della materia prima, di trasformazione e di conservazione hanno permesso infatti di **migliorare le caratteristiche nutrizionali dei prodotti, in particolare operando nella direzione della riduzione del contenuto di grassi, sale e nitriti/nitrati.**



L'IMPEGNO PROFUSO IN QUESTI ANNI DALL'INTERA FILIERA PRODUTIVA DEI SALUMI ITALIANI SI È CONCRETIZZATO IN UN COSTANTE MIGLIORAMENTO NUTRIZIONALE DEI PRODOTTI, CONFERMATO DALLE RECENTI INDAGINI: UN MIGLIORAMENTO CHE HA PERMESSO DI INCONTRARE I NUOVI GUSTI E STILI DI VITA DELLA POPOLAZIONE, CONTRIBUENDO A DARE NUOVO SLANCIO AL SETTORE.



Negli anni si è registrato un netto miglioramento del profilo lipidico della materia prima, grazie – come già accennato – all'evoluzione delle tecniche di allevamento e all'alimentazione dei suini che prevede una dieta prevalentemente vegetale, integrata con vitamine e sali minerali.

Anche il contenuto del sale nei salumi risulta notevolmente ridotto. È importante segnalare che oltre a conferire le tipiche proprietà sensoriali il cloruro di sodio svolge una **fondamentale azione conservante** e perciò la sua riduzione può essere attuata solo entro centri limiti, al fine di assicurare la stabilità microbiologica del prodotto. Da un punto di vista nutrizionale è utile ricordare che il sodio è un nutriente essenziale per il funzionamento dell'organismo se assunto nelle giuste quantità.

Un'altra importante evoluzione che caratterizza la salumeria italiana riguarda l'impegno di ridurre l'impiego dei conservanti consentiti. Questo è quanto si evince dallo studio INRAN-SSICA del 2011, che evidenzia proprio l'impegno dell'industria del settore in tal senso. Tenendo ben presente che nitriti e nitrati hanno la funzione di mantenere la salubrità del prodotto, il miglioramento dei processi di filiera ha reso possibile produrre salumi con meno conservanti, mantenendo inalterati sia la sicurezza dal punto di vista sanitario che il loro gusto tipico e inimitabile. Per i 6 salumi analizzati nel presente addendum il contenuto di nitriti e nitrati risulta in linea con quanto rilevato nello studio del 2011.

02.2 IL CONTENUTO LIPIDICO

Nell'ambito di una sana alimentazione è importante **assumere quotidianamente la giusta quota di lipidi, pari al 20-35% (EFSA 2010) del totale delle calorie** consumate da un soggetto adulto sano che pratici un'attività fisica moderata. Particolare importanza va inoltre rivolta alla qualità degli stessi. Nella produzione salumiera attuale è **notevolmente diminuita la quantità di lipidi** e ne è **ottimizzata al contempo la qualità compositiva**.

Entrando nel dettaglio dei contenuti lipidici dei 6 salumi protagonisti del presente addendum, si ri-

scontra una sostanziale omogeneità nella composizione di base dei tre Salami (Salame Piacentino DOP, Salame Brianza DOP e Salame di Varzi DOP), simile peraltro a quella emersa nei Salami tipo Milano e Napoli del precedente studio. Per quanto riguarda il Prosciutto Toscano, si osserva un contenuto in lipidi del 22,8%, che **scende all'8,8% se si allontana lo strato periferico di grasso**: un quantitativo significativamente contenuto, che conferma l'ottimo lavoro sull'intera filiera produttiva.

Le tabelle che seguono sono consultabili in versione integrale in appendice

	COMPOSIZIONE CHIMICA E VALORE ENERGETICO per 100 g				
	Acqua (g)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Energia (kcal)	Energia (kJ)
Coppa Piacentina DOP	29,1	28,6	36,4	447	1870
Pancetta Piacentina DOP	29,3	14,5	51,1	521	2180
Salame Piacentino DOP	35,5	31,9	29,8	398	1665
Salame Brianza DOP	32,8	31,1	32,8	423	1770
Salame di Varzi DOP	34,2	31,0	31,0	412	1724
Prosciutto Toscano DOP	43,5	25,2	22,8	307	1284
Prosciutto Toscano DOP, sgrassato	51,0	31,8	8,8	206	862

Le analisi nutrizionali hanno evidenziato, a ulteriore riprova di quanto condiviso nelle precedenti pubblicazioni, un **equilibrio tra il contenuto di grassi saturi e insaturi**, sebbene la composizione qualitativa dei grassi presenti una discreta variabilità per i salumi interi (Coppa, Pancetta, Prosciutto), rappresentativa del taglio scelto nella preparazione del salume. Dalle analisi risulta evidente il ruolo che i salumi italiani possono ricoprire nel **fornire all'organismo una buona parte degli acidi grassi necessari** al suo corretto funzionamento: dati importanti che contribuiscono a rivalorizzare i salumi come alimenti che, grazie all'apporto di principi nutritivi di alto valore, possono essere inseriti correttamente all'interno di una dieta sana ed equilibrata.

	ACIDI GRASSI SATURI (% sulla materia fresca)					
	C12:0	C14:0	C16:0	C17:0	C18:0	C20:0
Coppa Piacentina DOP	0,04	0,46	7,00	0,08	4,11	0,05
Pancetta Piacentina DOP	0,05	0,68	10,25	0,10	5,24	0,09
Salame Piacentino DOP	0,04	0,41	6,13	0,06	3,21	0,05
Salame Brianza DOP	0,03	0,39	6,03	0,07	3,26	0,05
Salame di Varzi DOP	0,03	0,41	6,30	0,07	3,13	0,05
Prosciutto Toscano DOP	0,04	0,35	4,56	0,05	1,93	0,04
Prosciutto Toscano DOP, sgrassato	0,01	0,11	1,75	0,02	0,87	0,01

	ACIDI GRASSI MONOINSATURI (% sulla materia fresca)			
	C16:1	C17:1	C18:1	C20:1
Coppa Piacentina DOP	0,97	0,09	15,72	0,29
Pancetta Piacentina DOP	1,48	0,13	23,40	0,47
Salame Piacentino DOP	0,85	0,07	13,11	0,28
Salame Brianza DOP	0,86	0,09	14,73	0,30
Salame di Varzi DOP	0,86	0,08	13,69	0,27
Prosciutto Toscano DOP	0,68	0,06	10,10	0,24
Prosciutto Toscano DOP, sgrassato	0,24	0,02	3,40	0,06

	ACIDI GRASSI POLINSATURI (% sulla materia fresca)			
	C18:2	C18:3	C20:2	C20:4
Coppa Piacentina DOP	4,99	0,21	0,22	0,44
Pancetta Piacentina DOP	6,01	0,26	0,28	0,22
Salame Piacentino DOP	3,48	0,16	0,18	0,28
Salame Brianza DOP	4,64	0,19	0,20	0,41
Salame di Varzi DOP	3,94	0,15	0,18	0,34
Prosciutto Toscano DOP	3,05	0,15	0,16	0,29
Prosciutto Toscano DOP, sgrassato	1,43	0,05	0,06	0,29

02.3 IL SALE E GLI ALTRI CONSERVANTI

Il contenuto in sale varia tra i 3,5/100g della Pancetta Piacentina e i 4,7/100g del Prosciutto Toscano, in linea con i valori medi riscontrati nel precedente studio per i Salumi Italiani. Per completezza di informazione si può affermare che se teniamo conto delle porzioni, delle frequenze di consumo e dei nuovi dati di composizione, **i salumi non sono la più importante fonte di sale nell'alimentazione**, rappresentati da altri prodotti consumati quotidianamente e in maggior misura (come i derivati dei cereali).

Consapevoli dell'importanza delle raccomandazioni scientifiche volte a limitare il contenuto di sale nell'alimentazione, nel caso dei salumi, l'industria di trasformazione si è attivata da anni per trovare soluzioni in grado di minimizzarne l'utilizzo, producendo salumi con un sempre minor contenuto di sale, nel rispetto comunque delle ricette tradizionali e delle caratteristiche distintive del singolo salume.

I nitriti e nitrati, che hanno la finalità di assicurare **standard di assoluta sicurezza alimentare del prodotto**, grazie al costante miglioramento delle tecni-

che di trasformazione e conservazione vengono oggi impiegati in minori quantità rispetto al passato: la ricerca del 2011 ha mostrato come il contenuto di nitrati in alcuni salumi si è così ridotto negli anni, fin quasi ad annullarsi, mentre i nitriti sono oggi praticamente assenti. Per quanto concerne i 6 salumi analizzati nel presente addendum i valori di nitriti e nitrati sono in linea con quanto rilevato nello studio del 2011.

	ADDITIVI (sale, nitriti e nitrati) per 100 g		
	NaCl (g)	Nitriti (ppm)	Nitrati (ppm)
Coppa Piacentina DOP	4,3	ass	57,1
Pancetta Piacentina DOP	3,5	ass	59,4
Salame Piacentino DOP	4,0	ass	18,0
Salame Brianza DOP	3,7	ass	20,6
Salame di Varzi DOP	3,7	ass	5,7
Prosciutto Toscano DOP	4,7	ass	ass
Prosciutto Toscano DOP, sgrassato	5,5	ass	ass

02.4 I MICRONUTRIENTI: VITAMINE E SALI MINERALI

Il contenuto in **vitamine del gruppo B** riscontrato nei salumi analizzati risulta **particolarmente significativo** sia per i salumi interi che per i prodotti macinati e stagionati. Bisogna pensare alle vitamine come a sostanze di cui il nostro organismo ha bisogno in piccole quantità ed **essenziali per mantenere un buono stato di salute**. Ad esempio, la vitamina B1 e la B2 intervengono nei processi metabolici dei nutrienti energetici; la vitamina B6, che funge da precursore di un enzima importante nel metabolismo dei composti azotati, influenza l'utilizzo delle proteine da parte dell'organismo, ma anche la sintesi dell'emoglobina e il metabolismo dei carboidrati e dei lipidi.

	VITAMINE DEL GRUPPO B E VITAMINA E per 100 g					
	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	B6 (mg)	B12 (µg)	Vit. E (mg)
Coppa Piacentina DOP	0,53	0,20	7,33	0,14	0,63	0,23
Pancetta Piacentina DOP	0,21	0,06	1,84	0,07	0,25	0,31
Salame Piacentino DOP	0,41	0,19	6,11	0,11	0,52	0,09
Salame Brianza DOP	0,45	0,15	5,80	0,11	0,55	0,08
Salame di Varzi DOP	0,54	0,18	7,21	0,12	0,54	0,17
Prosciutto Toscano DOP	0,61	0,19	5,78	0,92	0,59	0,18
Prosciutto Toscano DOP, sgrassato	0,72	0,21	6,63	1,10	0,68	0,14

Come per gli altri nutrienti, il contenuto in vitamine può essere espresso in relazione alla copertura fornita da una porzione di salumi (50 g) rispetto ai livelli di assunzione raccomandati di nutrienti per la popolazione italiana (LARN-2014). La carne in genere risulta essere una buona fonte di vitamine del gruppo B e, in particolare, la **carne suina risulta la principale fonte di vitamina B1 dalla dieta**. Dalle analisi emerge un importante quantitativo di vitamina B1 e B6: ad esempio una porzione di Prosciutto Toscano DOP (50 g) copre più del 30% del fabbisogno giornaliero di vitamina B6 e B1. Per quanto riguarda la **niacina** una porzione di questi salumi riesce a coprire fino al 20% del fabbisogno giornaliero (LARN 2014)



La Coppa Piacentina DOP e il Salami di Varzi DOP risultano tra i prodotti con **il più elevato contenuto in niacina**, antiossidante naturale presente in tutti i tessuti muscolari e in particolare nei tagli muscolari rossi, specificamente utilizzati per la preparazione di questi prodotti. Una porzione di questi salumi riesce a coprire circa un quinto del fabbisogno giornaliero di questa vitamina.

La carne suina e i derivati presentano un buon contenuto in alcuni **sal minerali**, peraltro presenti **in una forma altamente biodisponibile**, per merito dell'affinità dei substrati animali con quelli umani. In particolare, risulta quantitativamente soddisfacente la presenza di **ferro, zinco, potassio e selenio**.

Rispetto alle raccomandazioni nutrizionali, una porzione dei salumi oggetto dello studio riesce a coprire dall'8% (Pancetta Piacentina DOP) al 22% (Coppa Piacentina DOP) del fabbisogno giornaliero di zinco.

I contenuti più elevati di ferro sono stati rilevati nella Coppa Piacentina DOP e nel Salame Brianza DOP. Il gruppo delle carni e derivati risulta essere anche **la principale fonte di selenio nella dieta italiana** (fonte LARN 2014). Tutti i prodotti analizzati contribuiscono in maniera significativa a coprire il fabbisogno di questo elemento. Anche altri minerali, tra cui magnesio, rame, fosforo, sono presenti, dal punto di vista tradizionale, talvolta in quantità interessanti.

	MACROELEMENTI per 100 g				
	Sodio (g)	Potassio (mg)	Magnesio (mg)	Calcio (mg)	Fosforo (mg)
Coppa Piacentina DOP	1,7	552	36	24	282
Pancetta Piacentina DOP	1,4	244	14	7	118
Salame Piacentino DOP	1,6	522	33	15	264
Salame Brianza DOP	1,5	499	29	10	253
Salame di Varzi DOP	1,5	510	33	10	266
Prosciutto Toscano DOP	1,9	475	29	15	231
Prosciutto Toscano DOP, sgrassato	2,2	536	32	17	260

	MICROELEMENTI per 100 g				
	Ferro (mg)	Zinco (mg)	Rame (mg)	Manganese (mg)	Selenio (mg)
Coppa Piacentina DOP	1,84	4,53	0,12	0,05	0,04
Pancetta Piacentina DOP	0,51	1,68	0,05	0,01	0,01
Salame Piacentino DOP	1,18	3,94	0,10	0,16	0,03
Salame Brianza DOP	1,49	3,56	0,10	0,06	0,02
Salame di Varzi DOP	1,34	3,79	0,09	0,07	0,03
Prosciutto Toscano DOP	1,05	2,79	0,08	0,02	0,02
Prosciutto Toscano DOP, sgrassato	1,21	3,19	0,09	0,02	0,03



03 - CONCLUSIONI

03.1 I SALUMI ITALIANI IN UN'ALIMENTAZIONE EQUILIBRATA

I salumi sono parte integrante della tradizione gastronomica italiana.

Grazie al miglioramento nutrizionale, confermato anche nella presente pubblicazione, i salumi italiani possono essere considerati una categoria di alimenti in grado di soddisfare la ricerca del gusto e in linea con le esigenze di un'alimentazione equilibrata. Hanno inoltre alcune caratteristiche intrinseche che ne valorizzano il consumo e li rendono adatti a tutte le tipologie di consumatori e ai diversi momenti di consumo: legame con il territorio e con la tradizione, versatilità di utilizzo, facilità di preparazione e conservazione e, non da ultimo, un'innata convivialità.

L'infanzia e l'adolescenza, caratterizzate da mutamenti fisiologici considerevoli, richiedono fabbisogni di energia e nutrienti molto elevati, specialmente in relazione a **proteine, ferro, calcio e vitamine**. In questa delicata fase della crescita, diversi possono essere i Salumi raccomandabili, a patto che tali alimenti siano integrati in una dieta varia ed equilibrata, nel rispetto delle porzioni e delle frequenze di consumo. Una raccomandazione valida anche per bambini e ragazzi con problematiche legate al peso: per questi sarà necessario prediligere prodotti tra quelli meno grassi.

Per fare un esempio, **un piccolo panino con un salume, accompagnato da verdura o da un frutto, rappresenta una buona merenda** che, se paragonata ad altri alimenti tipici di questo pasto, è ben più ricca di nutrienti, grazie all'apporto di proteine nobili, sali minerali e vitamine.

Pensando agli anziani, il progressivo allungarsi

dell'aspettativa di vita ha reso sempre più necessario fornire alimenti con **limitato apporto calorico, ma al tempo stesso capaci di fornire nutrienti ad alto valore biologico**. Particolarmente rilevante anche la fruibilità del prodotto alimentare, viste le possibili difficoltà di questo target nell'acquisto e nella preparazione dei cibi. Il progressivo miglioramento nutrizionale e la ricchezza in proteine e micronutrienti, fa sì che i Salumi italiani rappresentino una **buona fonte di numerose sostanze nutritive necessarie all'anziano**. Gli aspetti organolettici, la masticabilità, la conservabilità di alcuni formati e la versatilità ne fanno inoltre una fonte di approvvigionamento adatto anche a questa fascia di popolazione.

In uno scenario di crescente attenzione al benessere è necessario soffermarsi sul target degli **sportivi**. Il fabbisogno calorico di chi pratica sport è **tendenzialmente più elevato** rispetto alla popolazione sedentaria, in virtù del consumo energetico derivante dallo sforzo fisico. La modulazione degli apporti nutrizionali deve quindi ottemperare alla presenza costante di **riserve energetiche per l'organismo, all'aumento delle capacità cardiorespiratorie, alla definizione muscolare e al mantenimento di un adeguato stato di idratazione ed equilibrio idro-salino**. All'interno della dieta dello sportivo i Salumi possono rappresentare un alimento pratico e adeguato alle specifiche esigenze, per recuperare facilmente e in modo naturale i nutrienti persi con l'esercizio, in particolare se abbinato a fonti di carboidrati.

La diffusione di conoscenze trasmesse attraverso pubblicazioni aggiornate e puntuali, come il presente studio, consente di fornire indicazioni nutrizionali trasversali, utili sia ai professionisti che si occupano di salute e alimentazione sia al consumatore, sempre più attento alla qualità dei prodotti che consuma.

04 - APPENDICE

COMPOSIZIONE CHIMICA E VALORE ENERGETICO PER 100 g

SALUMI ITALIANI	Acqua	Proteine	Lipidi	Coloesterolo	Carboidrati	Energia		NaCl
	g	g	g	mg	g	kcal	kJ	g
Bresaola della Valtellina IGP	59,3	33,1	2,0	63,0	0,4	151	634	4,0
Ciccioli	2,5	45,2	50,6	90,0	0,0	636	2662	1,6
Coppa	34,7	28,9	31,6	127,0	0,0	401	1676	4,9
Coppa Piacentina DOP	29,1	28,6	36,4	114,2	1,2	447	1870	4,3
Cotechino Modena IGP, cotto ¹	54,4	23,6	16,3	86,0	3,2	253	1058	2,2
Mortadella Bologna IGP	56,9	15,7	25,0	72,0	0,0	288	1206	2,4
Pancetta arrotolata	30,0	15,1	52,2	68,0	0,0	530	2217	3,0
Pancetta Piacentina DOP	29,3	14,5	51,1	87,9	0,89	521	2180	3,5
Prosciutto cotto	72,2	15,7	7,6	48,6	1,7	138	576	2,1
Prosciutto cotto, sgrassato ²	74,7	17,0	3,5	42,0	1,9	107	446	2,1
Prosciutto cotto scelto	70,0	17,5	9,2	57,1	0,6	155	649	1,9
Prosciutto cotto scelto, sgrassato ²	73,3	19,4	4,0	49,0	0,5	115	483	2,0
Prosciutto cotto, alta qualità	66,8	18,0	11,9	50,3	0,8	182	761	1,9
Prosciutto cotto, alta qualità, sgrassato ²	71,8	19,5	5,0	59,0	0,9	127	531	2,0
Prosciutto crudo nazionale	50,5	27,8	13,7	75,0	0,1	235	985	6,0
Prosciutto crudo nazionale sgrassato ²	56,1	30,5	5,1	87,0	0,3	169	707	6,9
Prosciutto di Modena DOP	45,6	25,6	22,9	62,0	0,1	309	1293	5,1
Prosciutto di Modena DOP, sgrassato ²	53,8	30,2	8,9	75,0	0,1	201	842	6,0
Prosciutto di San Daniele DOP	50,2	25,7	18,6	83,0	0,2	271	1135	4,5
Prosciutto di San Daniele DOP, sgrassato ²	58,0	29,0	6,5	91,0	0,4	176	737	5,1
Prosciutto Toscano DOP	43,5	25,2	22,8	99,0	0,3	307	1284	4,7
Prosciutto Toscano DOP, sgrassato	51,0	31,8	8,8	95,0	0,4	206	862	5,5
Salame Brianza DOP	32,8	31,1	32,8	106	0,90	423	1770	3,7
Salame Milano	37,7	25,4	31,0	104,0	1,1	384	1608	3,9
Salame Napoli	37,3	27,4	29,7	91,0	0,2	378	1580	4,1
Salame Piacentino DOP	35,5	31,9	29,8	104	0,92	398	1665	4,0
Salame ungherese	34,6	23,6	35,7	92,0	1,1	420	1756	4,0
Salame di Varzi DOP	34,2	31,0	31,0	100	0,98	412	1724	3,7
Salamini Italiani alla Cacciatora DOP	33,1	28,4	32,7	94,0	0,7	411	1720	4,2
Speck Alto Adige IGP	43,6	30,7	19,1	90,6	1,2	300	1254	4,1
Strutto	0,0	0,0	100,0	108,0	0,0	900	3766	0,1
Wurstel di puro suino	61,7	13,2	21,1	81,0	1,9	250	1046	2,2
Wurstel di puro suino, cotto ³	60,3	14,6	22,2	84,0	0,3	259	1083	2,3
Zampone Modena IGP, cotto ¹	54,1	23,7	17,4	106,0	2,6	262	1094	1,7

¹Dopo cottura 20' dentro la confezione e scolato dal liquido di cottura.²Valori riferiti al prodotto privato del grasso visibile³Saltato in padella senza aggiunta di grassi e sale

In grassetto sono evidenziati i prodotti oggetto dell'aggiornamento del lavoro di analisi del 2017. Tutti gli altri valori si riferiscono allo studio delle tabelle nutrizionali del 2011.

SALI MINERALI: MICROELEMENTI PER 100 g

SALUMI ITALIANI	Ferro	Zinco	Rame	Manganese	Selenio
	mg	mg	mg	mg	µg
Bresaola della Valtellina IGP	2,63	4,51	0,07	0,02	7
Ciccioli	1,15	1,44	0,12	0,03	32
Coppa	1,33	3,70	0,10	0,03	12
Coppa Piacentina DOP	1,84	4,53	0,12	0,05	40
Cotechino Modena IGP, cotto ¹	1,44	1,63	tr	0,01	12
Mortadella Bologna IGP	1,03	1,57	tr	0,01	20
Pancetta arrotolata	0,35	1,28	0,05	0,01	11
Pancetta Piacentina DOP	0,51	1,68	0,05	0,01	10
Prosciutto cotto	0,49	1,10	0,08	0,01	10
Prosciutto cotto, sgrassato ²	0,52	1,15	0,08	0,01	10
Prosciutto cotto scelto	0,57	1,28	0,07	0,01	11
Prosciutto cotto scelto, sgrassato ²	0,60	1,35	0,08	0,01	12
Prosciutto cotto, alta qualità	0,67	1,45	0,09	0,01	11
Prosciutto cotto, alta qualità, sgrassato ²	0,72	1,57	0,10	0,01	12
Prosciutto crudo nazionale	0,83	2,08	0,05	0,01	15
Prosciutto crudo nazionale sgrassato ²	0,91	2,29	0,05	0,01	16
Prosciutto di Modena DOP	1,05	2,72	0,06	0,01	17
Prosciutto di Modena DOP, sgrassato ²	1,24	3,22	0,07	0,02	20
Prosciutto di San Daniele DOP	0,92	2,38	0,04	0,01	14
Prosciutto di San Daniele DOP, sgrassato ²	1,06	2,73	0,05	0,01	13
Prosciutto Toscano DOP	1,05	2,79	0,08	0,02	20
Prosciutto Toscano DOP, sgrassato	1,21	3,19	0,09	0,02	30
Salame Brianza DOP	1,49	3,56	0,10	0,06	20
Salame Milano	1,20	3,04	0,13	0,02	18
Salame Napoli	0,88	2,47	0,11	0,04	17
Salame Piacentino DOP	1,18	3,94	0,10	0,16	30
Salame ungherese	1,08	2,72	0,12	0,02	16
Salame di Varzi DOP	1,34	3,79	0,09	0,07	30
Salamini Italiani alla Cacciatora DOP	1,02	2,54	tr	0,01	14
Speck Alto Adige IGP	1,42	2,46	0,07	0,04	15
Strutto	tr	0,08	0,02	0,00	tr
Wurstel di puro suino	1,00	1,15	0,06	0,01	10
Wurstel di puro suino, cotto ³	0,86	0,92	0,04	0,01	7
Zampone Modena IGP, cotto ¹	1,28	1,50	tr	0,01	12

¹Dopo cottura 20' dentro la confezione e scolato dal liquido di cottura.²Valori riferiti al prodotto privato del grasso visibile³Saltato in padella senza aggiunta di grassi e sale

In grassetto sono evidenziati i prodotti oggetto dell'aggiornamento del lavoro di analisi del 2017. Tutti gli altri valori si riferiscono allo studio delle tabelle nutrizionali del 2011.

SALI MINERALI: MACROELEMENTI PER 100 g

SALUMI ITALIANI	Potassio	Magnesio	Calcio	Fosforo
	mg	mg	mg	mg
Bresaola della Valtellina IGP	630	26	6	269
Ciccioli	425	16	12	164
Coppa	685	27	7	231
Coppa Piacentina DOP	552	36	24	282
Cotechino Modena IGP, cotto ¹	220	9	14	91
Mortadella Bologna IGP	314	13	8	119
Pancetta arrotolata	369	12	3	118
Pancetta Piacentina DOP	244	14	7	118
Prosciutto cotto	311	12	6	126
Prosciutto cotto, sgrassato ²	325	13	7	132
Prosciutto cotto scelto	321	13	5	136
Prosciutto cotto scelto, sgrassato ²	339	14	5	143
Prosciutto cotto, alta qualità	316	13	5	142
Prosciutto cotto, alta qualità, sgrassato ²	341	14	5	153
Prosciutto crudo nazionale	621	22	10	196
Prosciutto crudo nazionale sgrassato ²	683	24	11	216
Prosciutto di Modena DOP	612	24	10	206
Prosciutto di Modena DOP, sgrassato ²	723	28	12	244
Prosciutto di San Daniele DOP	581	20	9	184
Prosciutto di San Daniele DOP, sgrassato ²	667	23	10	211
Prosciutto Toscano DOP	475	29	15	231
Prosciutto Toscano DOP, sgrassato	536	32	17	260
Salame Brianza DOP	499	29	10	253
Salame Milano	657	21	19	204
Salame Napoli	667	22	12	208
Salame Piacentino DOP	522	33	15	264
Salame ungherese	637	17	26	186
Salame di Varzi DOP	510	33	10	266
Salamini Italiani alla Cacciatora DOP	694	21	8	204
Speck Alto Adige IGP	658	27	8	272
Strutto	tr	tr	tr	tr
Wurstel di puro suino	260	10	21	107
Wurstel di puro suino, cotto ³	223	9	17	77
Zampone Modena IGP, cotto ¹	132	7	12	68

¹Dopo cottura 20' dentro la confezione e scolato dal liquido di cottura.²Valori riferiti al prodotto privato del grasso visibile³Saltato in padella senza aggiunta di grassi e sale

In grassetto sono evidenziati i prodotti oggetto dell'aggiornamento del lavoro di analisi del 2017. Tutti gli altri valori si riferiscono allo studio delle tabelle nutrizionali del 2011.

04.1 LE NUOVE TABELLE NUTRIZIONALI DEI SALUMI ITALIANI

VITAMINE PER 100 g

SALUMI ITALIANI	Tiamina (Vit. B1)	Riboflavina (Vit. B2)	Niacina (Vit. B3)	Vit. B6	Vit. B12	Vit. E
	mg	mg	mg	mg	µg	mg
Bresaola della Valtellina IGP	0,41	0,13	2,74	0,52	0,77	0,14
Ciccioli	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,16
Coppa	0,61	0,18	6,02	0,14	0,68	0,16
Coppa Piacentina DOP	0,53	0,20	7,33	0,14	0,63	0,23
Cotechino Modena IGP, cotto ¹	0,09	0,09	2,68	0,06	0,52	0,28
Mortadella Bologna IGP	0,24	0,12	4,19	0,27	0,28	0,28
Pancetta arrotolata	0,36	0,06	2,85	0,06	0,51	0,27
Pancetta Piacentina DOP	0,21	0,06	1,84	0,07	0,25	0,31
Prosciutto cotto	0,67	0,12	4,40	0,37	0,09	0,09
Prosciutto cotto, sgrassato ²	0,70	0,13	4,60	0,39	0,09	0,18
Prosciutto cotto scelto	0,54	0,13	4,70	0,43	0,13	0,13
Prosciutto cotto scelto, sgrassato ²	0,57	0,14	4,97	0,45	0,13	0,19
Prosciutto cotto, alta qualità	0,69	0,14	4,70	0,44	0,13	0,13
Prosciutto cotto, alta qualità, sgrassato ²	0,74	0,15	5,07	0,47	0,14	0,16
Prosciutto crudo nazionale	0,58	0,19	5,45	1,00	0,38	0,11
Prosciutto crudo nazionale sgrassato ²	0,64	0,21	5,99	1,10	0,42	0,21
Prosciutto di Modena DOP	0,59	0,20	5,57	1,00	0,33	0,11
Prosciutto di Modena DOP, sgrassato ²	0,70	0,24	6,58	1,18	0,39	0,16
Prosciutto di San Daniele DOP	0,68	0,20	5,13	1,04	0,47	0,13
Prosciutto di San Daniele DOP, sgrassato ²	0,78	0,23	5,89	1,19	0,54	0,15
Prosciutto Toscano DOP	0,61	0,19	5,78	0,92	0,59	0,18
Prosciutto Toscano DOP, sgrassato	0,72	0,21	6,63	1,10	0,68	0,14
Salame Brianza DOP	0,45	0,15	5,80	0,11	0,55	0,08
Salame Milano	0,53	0,17	4,97	0,16	0,56	0,08
Salame Napoli	0,51	0,14	5,22	0,14	0,44	0,11
Salame Piacentino DOP	0,41	0,19	6,11	0,11	0,52	0,09
Salame ungherese	0,46	0,17	3,80	0,13	0,52	0,09
Salame di Varzi DOP	0,54	0,18	7,21	0,12	0,54	0,17
Salamini Italiani alla Cacciatora DOP	0,50	0,14	7,73	0,87	0,52	0,09
Speck Alto Adige IGP	0,41	0,16	4,10	0,47	0,33	0,11
Strutto	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,66
Wurstel di puro suino	0,21	0,08	1,61	0,05		0,17
Wurstel di puro suino, cotto ³	0,24	0,05	1,82	0,06		0,17
Zampone Modena IGP, cotto ¹	0,06	0,08	2,58	0,03	0,46	0,25

¹Dopo cottura 20' dentro la confezione e scolato dal liquido di cottura.

²Valori riferiti al prodotto privato del grasso visibile

³Saltato in padella senza aggiunta di grassi e sale

In grassetto sono evidenziati i prodotti oggetto dell'aggiornamento del lavoro di analisi del 2017.
Tutti gli altri valori si riferiscono allo studio delle tabelle nutrizionali del 2011.

04.1 LE NUOVE TABELLE NUTRIZIONALI DEI SALUMI ITALIANI

ACIDI GRASSI SATURI PER 100g

SALUMI ITALIANI	C4:0-C10:0	C12:0	C14:0	C15:0	C16:0	C17:0	C18:0	C20:0	C22:0	Saturi Totali
Bresaola della Valtellina IGP	0,00	0,00	0,03		0,39	0,02	0,28	0,00	0,00	0,72
Ciccioli	0,05	0,05	0,75	0,03	11,17	0,13	5,85	0,08		18,10
Coppa	0,04	0,03	0,44	0,01	7,16	0,07	4,04	0,04		11,84
Coppa Piacentina DOP		0,04	0,46		7,00	0,08	4,11	0,05	0,00	11,74
Cotechino Modena IGP, cotto ¹	0,02	0,01	0,20	0,02	3,21	0,02	1,60	0,01		5,09
Mortadella Bologna IGP	0,02	0,03	0,39	0,02	5,01	0,09	2,68	0,02		8,26
Pancetta arrotolata	0,05	0,05	0,76	0,02	10,64	0,10	5,40	0,08		17,11
Pancetta Piacentina DOP		0,05	0,68		10,25	0,10	5,24	0,09	0,00	16,41
Prosciutto cotto	0,07	0,01	0,12		1,97	0,03	0,98	0,01	0,00	3,20
Prosciutto cotto, sgrassato ²	0,03	0,01	0,05		0,86	0,01	0,43	0,01	0,00	1,41
Prosciutto cotto scelto	0,08	0,02	0,16		2,43	0,04	1,25	0,01	0,00	3,99
Prosciutto cotto scelto, sgrassato ²	0,03	0,01	0,07		1,01	0,01	0,52	0,01	0,00	1,66
Prosciutto cotto, alta qualità	0,08	0,02	0,19		2,86	0,03	1,45	0,02	0,00	4,65
Prosciutto cotto, alta qualità, sgrassato ²	0,03	0,01	0,08		1,15	0,01	0,58	0,01	0,00	1,87
Prosciutto crudo nazionale	0,03	0,02	0,22		3,10	0,03	1,41	0,02	0,00	4,84
Prosciutto crudo nazionale sgrassato ²	0,01	0,01	0,08		1,10	0,01	0,50	0,01	0,00	1,72
Prosciutto di Modena DOP	0,05	0,03	0,37		5,10	0,05	2,29	0,03	0,00	7,92
Prosciutto di Modena DOP, sgrassato ²	0,02	0,01	0,14		1,89	0,02	0,85	0,01	0,00	2,94
Prosciutto di San Daniele DOP	0,03	0,02	0,30		4,12	0,04	1,93	0,03	0,00	6,47
Prosciutto di San Daniele DOP, sgrassato ²	0,01	0,01	0,10		1,38	0,01	0,64	0,01	0,00	2,16
Prosciutto Toscano DOP		0,04	0,35		4,56	0,05	1,93	0,04	0,00	6,97
Prosciutto Toscano DOP, sgrassato		0,01	0,11		1,75	0,02	0,87	0,01	0,00	2,77
Salame Brianza DOP		0,03	0,39		6,03	0,07	3,26	0,05	0,00	9,83
Salame Milano	0,04	0,04	0,48	0,02	6,95	0,08	3,35	0,05		10,99
Salame Napoli	0,04	0,04	0,45	0,02	6,71	0,08	3,30	0,04		10,67
Salame Piacentino DOP		0,04	0,41		6,13	0,06	3,21	0,05	0,00	9,9
Salame ungherese	0,04	0,04	0,55	0,02	7,68	0,09	3,70	0,05		12,19
Salame di Varzi DOP		0,03	0,41		6,30	0,07	3,13	0,05	0,00	9,99
Salamini Italiani alla Cacciatora DOP	0,03	0,04	0,31	0,05	6,72	0,08	3,66	0,04		10,93
Speck Alto Adige IGP	0,03	0,06	0,37		4,07	0,06	2,00	0,02	0,00	6,62
Strutto	0,11	0,11	1,46	0,03	22,21	0,25	12,25	0,11		36,53
Wurstel di puro suino	0,02	0,02	0,31	0,01	4,83	0,06	2,54	0,03		7,83
Wurstel di puro suino, cotto ³	0,02	0,03	0,29	0,01	4,47	0,06	2,50	0,03		7,42
Zampone Modena IGP, cotto ¹	0,02	0,02	0,23	0,02	3,43	0,04	1,69	0,01		5,45

¹Dopo cottura 20' dentro la confezione e scolato dal liquido di cottura.

²Valori riferiti al prodotto privato del grasso visibile

³Saltato in padella senza aggiunta di grassi e sale

In grassetto sono evidenziati i prodotti oggetto dell'aggiornamento del lavoro di analisi del 2017.
Tutti gli altri valori si riferiscono allo studio delle tabelle nutrizionali del 2011.

04.1 LE NUOVE TABELLE NUTRIZIONALI DEI SALUMI ITALIANI

ACIDI GRASSI MONOINSATURI PER 100 g

SALUMI ITALIANI	C14:1	C16:1	C17:1	C18:1	C20:1	C22:1	Monosaturi totali
Bresaola della Valtellina IGP	0,01	0,05	0,02	0,61	0,00	0,00	0,69
Ciccioli		1,42	0,15	22,10	0,39		24,07
Coppa		0,84	0,07	13,40	0,24		14,55
Coppa Piacentina DOP	0,00	0,97	0,09	15,72	0,29	0,00	17,07
Cotechino Modena IGP, cotto ¹		0,50	0,05	7,48	0,12		8,15
Mortadella Bologna IGP		0,70	0,09	11,05	0,23		12,06
Pancetta arrotolata		1,47	0,14	23,57	0,46		25,65
Pancetta Piacentina DOP	0,00	1,48	0,13	23,40	0,47	0,00	25,48
Prosciutto cotto	0,00	0,22	0,03	3,21	0,05	0,00	3,52
Prosciutto cotto, sgrassato ²	0,00	0,10	0,01	1,41	0,02	0,00	1,55
Prosciutto cotto scelto	0,00	0,27	0,03	3,84	0,06	0,00	4,21
Prosciutto cotto scelto, sgrassato ²	0,00	0,11	0,01	1,59	0,03	0,00	1,75
Prosciutto cotto, alta qualità	0,00	0,32	0,03	5,00	0,08	0,00	5,43
Prosciutto cotto, alta qualità, sgrassato ²	0,00	0,13	0,01	2,01	0,03	0,00	2,18
Prosciutto crudo nazionale	0,00	0,39	0,04	5,81	0,11	0,00	6,35
Prosciutto crudo nazionale sgrassato ²	0,00	0,14	0,01	2,06	0,04	0,00	2,26
Prosciutto di Modena DOP	0,01	0,66	0,06	9,83	0,21	0,01	10,77
Prosciutto di Modena DOP, sgrassato ²	0,00	0,25	0,02	3,65	0,08	0,00	4,00
Prosciutto di San Daniele DOP	0,00	0,51	0,04	7,86	0,16	0,00	8,58
Prosciutto di San Daniele DOP, sgrassato ²	0,00	0,17	0,01	2,62	0,05	0,00	2,86
Prosciutto Toscano DOP	0,00	0,68	0,06	10,10	0,24	0,00	11,08
Prosciutto Toscano DOP, sgrassato	0,00	0,24	0,02	3,40	0,06	0,00	3,72
Salame Brianza DOP	0,00	0,86	0,09	14,73	0,30	0,00	15,98
Salame Milano		0,94	0,10	13,94	0,26		15,24
Salame Napoli		0,88	0,09	13,49	0,25		14,71
Salame Piacentino DOP	0,00	0,85	0,07	13,11	0,28	0,00	14,31
Salame ungherese		1,03	0,11	16,02	0,30		17,46
Salame di Varzi DOP	0,00	0,86	0,08	13,69	0,27	0,00	14,9
Salamini Italiani alla Cacciatora DOP		0,92	0,11	14,34	0,27		15,64
Speck Alto Adige IGP	0,01	0,54	0,07	7,60	0,14	0,00	8,36
Strutto		2,60	0,26	42,32	0,78		45,96
Wurstel di puro suino		0,63	0,07	9,36	0,17		10,22
Wurstel di puro suino, cotto ³		0,57	0,07	8,75	0,16		9,56
Zampone Modena IGP, cotto ¹		0,56	0,04	8,08	0,11		8,78

¹Dopo cottura 20' dentro la confezione e scolato dal liquido di cottura.

²Valori riferiti al prodotto privato del grasso visibile

³Saltato in padella senza aggiunta di grassi e sale

In grassetto sono evidenziati i prodotti oggetto dell'aggiornamento del lavoro di analisi del 2017.

Tutti gli altri valori si riferiscono allo studio delle tabelle nutrizionali del 2011.

ACIDI GRASSI POLINSATURI PER 100 g

SALUMI ITALIANI	C18:2	C18:3	C20:2	C20:3	C20:4	C20:5	C22:6	Polinsaturi totali
Bresaola della Valtellina IGP	0,21	0,05			0,09	0,04	0,01	0,40
Ciccioli	5,39	0,24	0,22	0,05	0,18			6,08
Coppa	3,31	0,14	0,13	0,03	0,14			3,75
Coppa Piacentina DOP	4,99	0,21	0,22		0,44		0,00	5,86
Cotechino Modena IGP, cotto ¹	1,98	0,09	0,06	0,01	0,13			2,27
Mortadella Bologna IGP	3,06	0,16	0,14	0,00	0,11			3,47
Pancetta arrotolata	6,16	0,28	0,29	0,06	0,17			6,96
Pancetta Piacentina DOP	6,01	0,26	0,28		0,22		0,00	6,77
Prosciutto cotto	0,44	0,03			0,01	0,01	0,00	0,49
Prosciutto cotto, sgrassato ²	0,19	0,01			0,00	0,00	0,00	0,20
Prosciutto cotto scelto	0,48	0,04			0,01	0,01	0,00	0,54
Prosciutto cotto scelto, sgrassato ²	0,20	0,02			0,00	0,00	0,00	0,22
Prosciutto cotto, alta qualità	1,09	0,07			0,06	0,02	0,00	1,24
Prosciutto cotto, alta qualità, sgrassato ²	0,44	0,03			0,02	0,01	0,00	0,50
Prosciutto crudo nazionale	1,60	0,12			0,14	0,01	0,01	1,88
Prosciutto crudo nazionale sgrassato ²	0,57	0,04			0,05	0,00	0,00	0,66
Prosciutto di Modena DOP	2,78	0,14			0,20	0,02	0,01	3,15
Prosciutto di Modena DOP, sgrassato ²	1,03	0,05			0,07	0,01	0,00	1,16
Prosciutto di San Daniele DOP	2,36	0,11			0,19	0,01	0,01	2,68
Prosciutto di San Daniele DOP, sgrassato ²	0,79	0,04			0,06	0,00	0,00	0,89
Prosciutto Toscano DOP	3,05	0,15	0,16		0,29		0,00	3,65
Prosciutto Toscano DOP, sgrassato	1,43	0,05	0,06		0,29		0,00	1,83
Salame Brianza DOP	4,64	0,19	0,20		0,41		0,00	5,44
Salame Milano	2,98	0,10	0,14	0,02	0,05			3,29
Salame Napoli	3,67	0,17	0,15	0,03	0,12			4,14
Salame Piacentino DOP	3,48	0,16	0,18		0,28		0,00	4,10
Salame ungherese	3,90	0,16	0,15	0,02	0,09			4,32
Salame di Varzi DOP	3,94	0,15	0,18		0,34		0,00	4,61
Salamini Italiani alla Cacciatora DOP	3,93	0,18	0,16	0,01	0,16			4,44
Speck Alto Adige IGP	2,74	0,23			0,26	0,02	0,01	3,26
Strutto	11,48	0,60	0,45	0,07	0,17			12,77
Wurstel di puro suino	2,66	0,15	0,10	0,02	0,11			3,04
Wurstel di puro suino, cotto ³	2,70	0,17	0,10	0,03	0,16			3,16
Zampone Modena IGP, cotto ¹	2,09	0,10	0,04	0,02	0,15			2,40

¹Dopo cottura 20' dentro la confezione e scolato dal liquido di cottura.²Valori riferiti al prodotto privato del grasso visibile³Saltato in padella senza aggiunta di grassi e saleIn grassetto sono evidenziati i prodotti oggetto dell'aggiornamento del lavoro di analisi del 2017.
Tutti gli altri valori si riferiscono allo studio delle tabelle nutrizionali del 2011.

RIPARTIZIONE TRA GRASSI SATURI E INSATURI

SALUMI ITALIANI	Grassi saturi	Grassi insaturi
Bresaola della Valtellina IGP	37%	63%
Coppa	39%	61%
Coppa Piacentina DOP	34%	66%
Cotechino Modena IGP, cotto ¹	33%	67%
Mortadella Bologna IGP	35%	65%
Pancetta arrotolata	35%	65%
Pancetta Piacentina DOP	34%	66%
Prosciutto cotto	41-46%	54-59%
Prosciutto cotto, sgrassato ²	41-46%	54-59%
Prosciutto crudo nazionale	37%	63%
Prosciutto crudo nazionale sgrassato ²	37%	63%
Prosciutto di Modena DOP	36%	64%
Prosciutto di Modena DOP, sgrassato ²	36%	64%
Prosciutto di San Daniele DOP	36%	64%
Prosciutto di San Daniele DOP, sgrassato ²	36%	64%
Prosciutto Toscano DOP	32%	68%
Salame Brianza DOP	32%	68%
Salame Milano	37%	63%
Salame Napoli	36%	64%
Salame Piacentino DOP	35%	65%
Salame ungherese	36%	64%
Salame di Varzi DOP	34%	66%
Salamini Italiani alla Cacciatora DOP	35%	65%
Speck Alto Adige IGP	36%	64%
Wurstel di puro suino	37%	63%
Zampone Modena IGP, cotto ¹	33%	67%

¹Dopo cottura 20' dentro la confezione e scolato dal liquido di cottura.²Valori riferiti al prodotto privato del grasso visibile

In grassetto sono evidenziati i prodotti oggetto dell'aggiornamento del lavoro di analisi del 2017. Tutti gli altri valori si riferiscono allo studio delle tabelle nutrizionali del 2011.

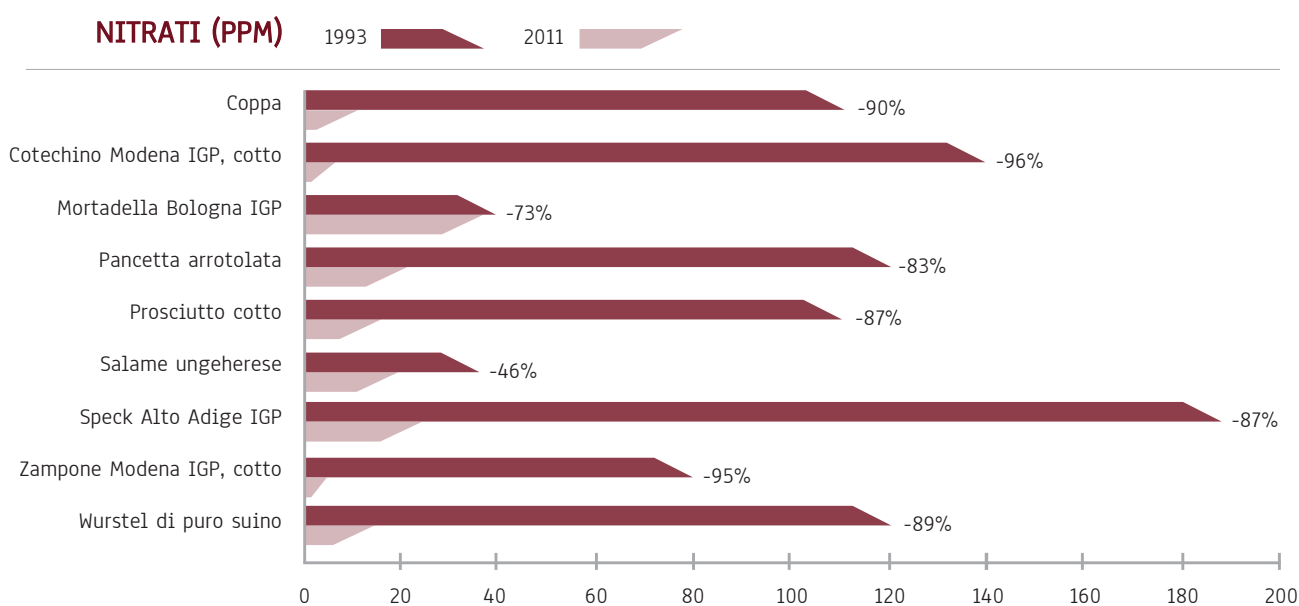
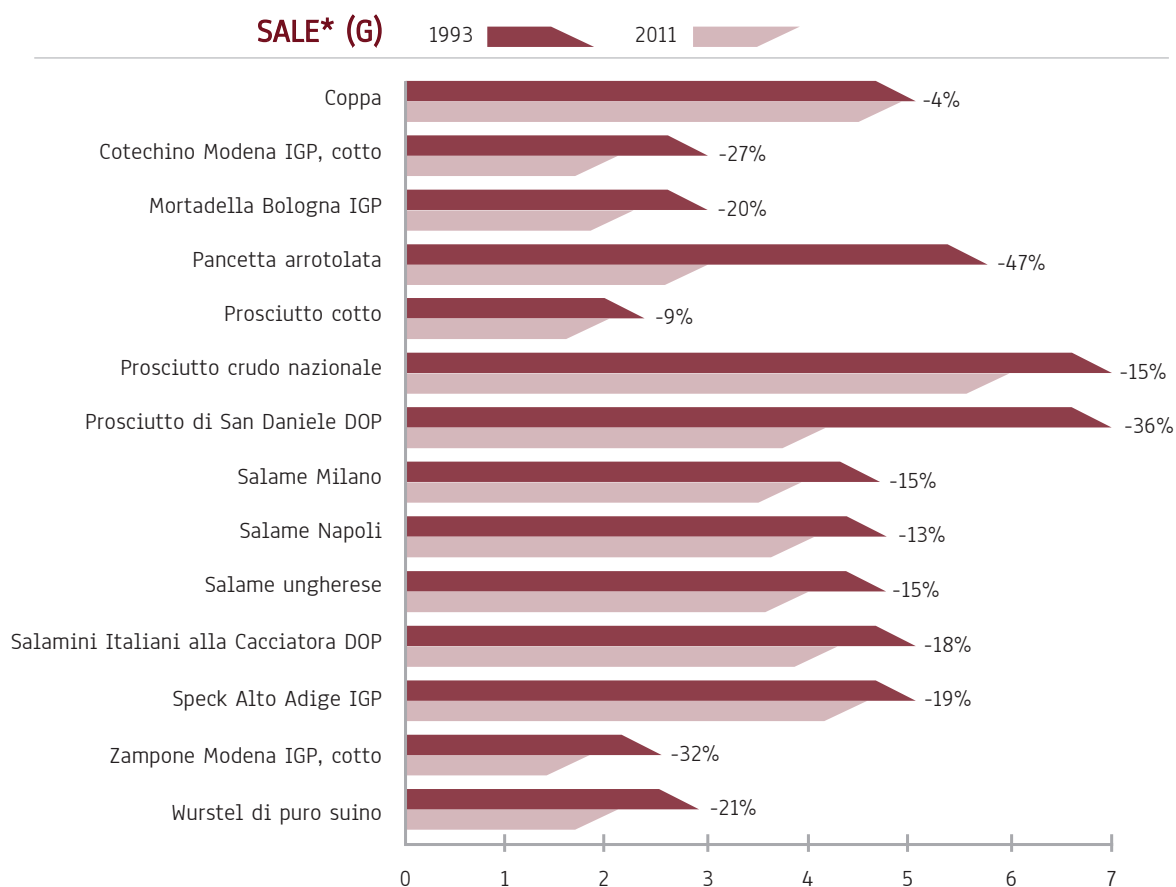
NITRITI E NITRATI

SALUMI ITALIANI	Nitriti	Nitrati
	ppm	ppm
Bresaola della Valtellina IGP	2,4	30,2
Ciccioli	ass	18,0
Coppa	ass	11,0
Coppa Piacentina DOP	ass	57,1
Cotechino Modena IGP, cotto ¹	ass	5,0
Mortadella Bologna IGP	ass	11,0
Pancetta arrotolata	ass	21,0
Pancetta Piacentina DOP	ass	59,4
Prosciutto cotto	8,1	14,4
Prosciutto cotto, sgrassato	8,0	15,0
Prosciutto cotto scelto	4,6	5,5
Prosciutto cotto scelto, sgrassato ²	5,0	6,0
Prosciutto cotto, alta qualità	4,7	13,6
Prosciutto cotto, alta qualità, sgrassato ²	5,0	15,0
Prosciutto crudo nazionale	ass	ass
Prosciutto crudo nazionale sgrassato ²	ass	ass
Prosciutto di Modena DOP	ass	ass
Prosciutto di Modena DOP, sgrassato ²	ass	ass
Prosciutto di San Daniele DOP	ass	ass
Prosciutto di San Daniele DOP, sgrassato ²	ass	ass
Prosciutto Toscano DOP	ass	ass
Prosciutto Toscano DOP, sgrassato	ass	ass
Salame Brianza DOP	ass	20,6
Salame Milano	ass	14,0
Salame Napoli	ass	29,0
Salame Piacentino DOP	ass	18,0
Salame ungherese	ass	19,0
Salame di Varzi DOP	ass	5,7
Salamini Italiani alla Cacciatora DOP	ass	16,0
Speck Alto Adige IGP	1,2	23,3
Strutto	ass	ass
Wurstel di puro suino	ass	13,0
Wurstel di puro suino, cotto ³	2,0	17,0
Zampone Modena IGP, cotto ¹	ass	4,0

¹Dopo cottura 20' dentro la confezione e scolato dal liquido di cottura.²Valori riferiti al prodotto privato del grasso visibile³Saltato in padella senza aggiunta di grassi e sale

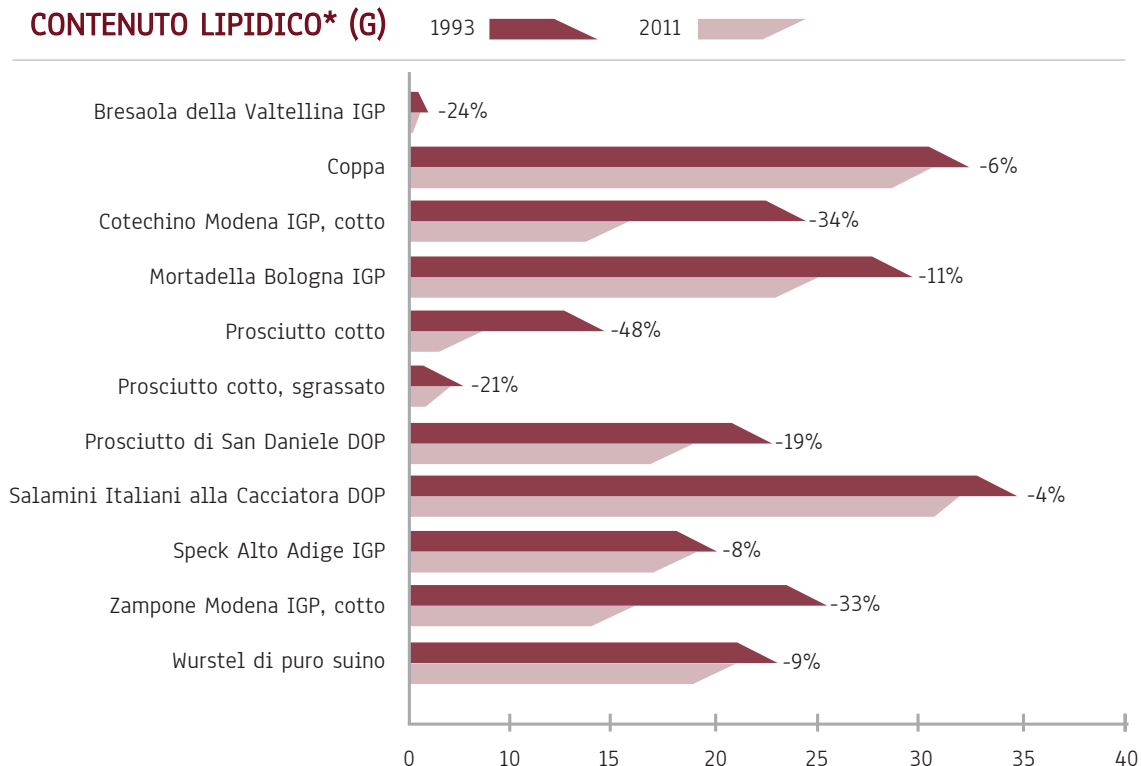
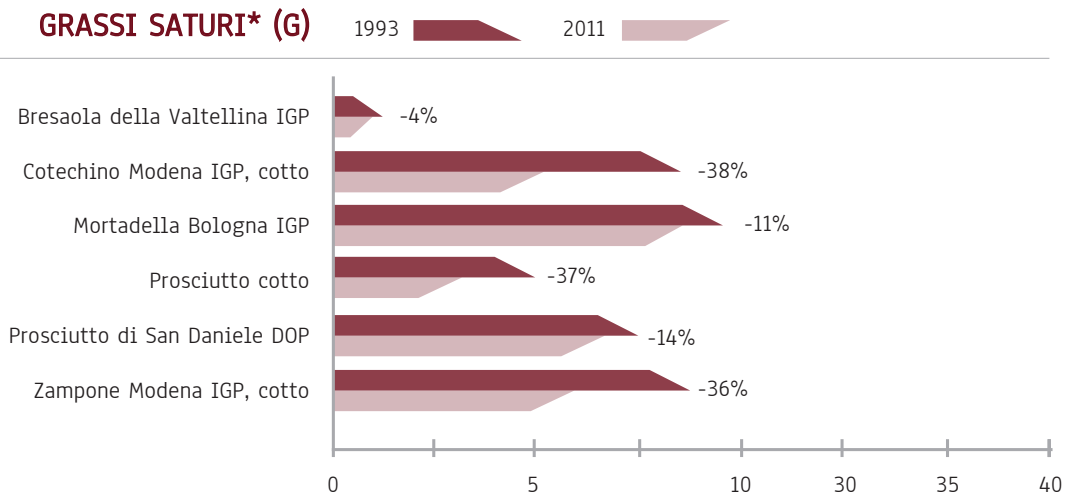
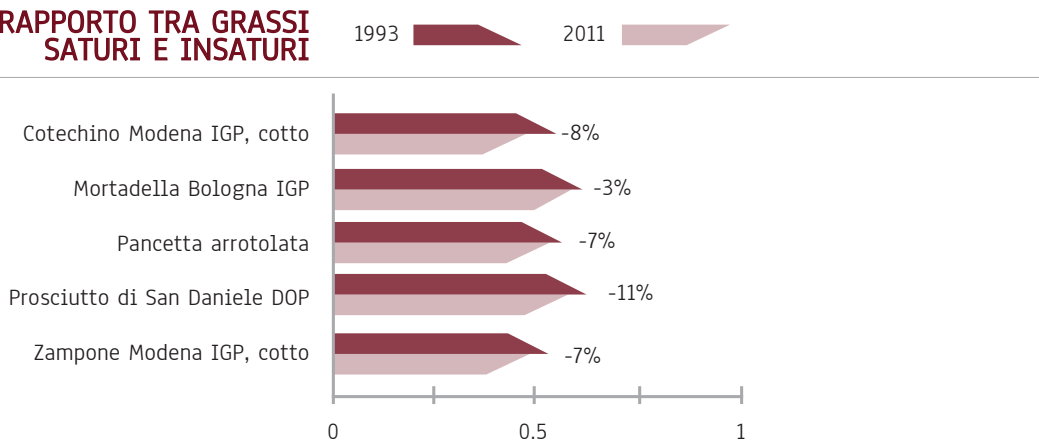
In grassetto sono evidenziati i prodotti oggetto dell'aggiornamento del lavoro di analisi del 2017.

Tutti gli altri valori si riferiscono allo studio delle tabelle nutrizionali del 2011.



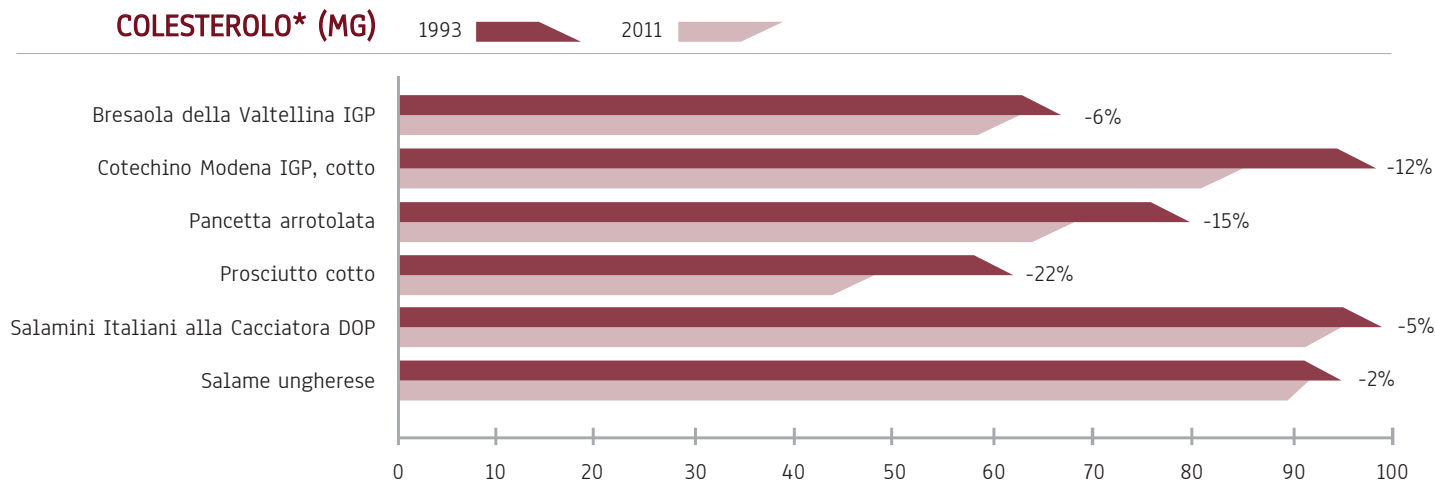
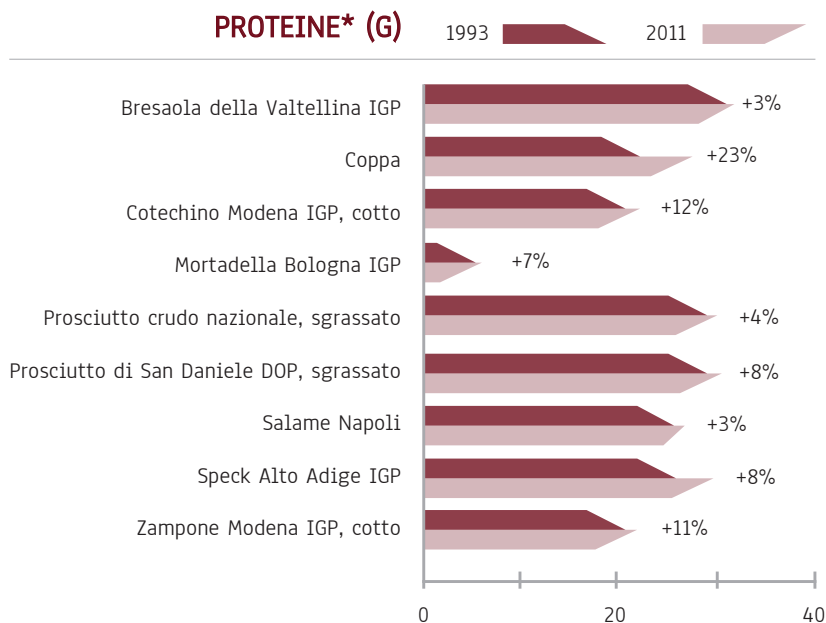
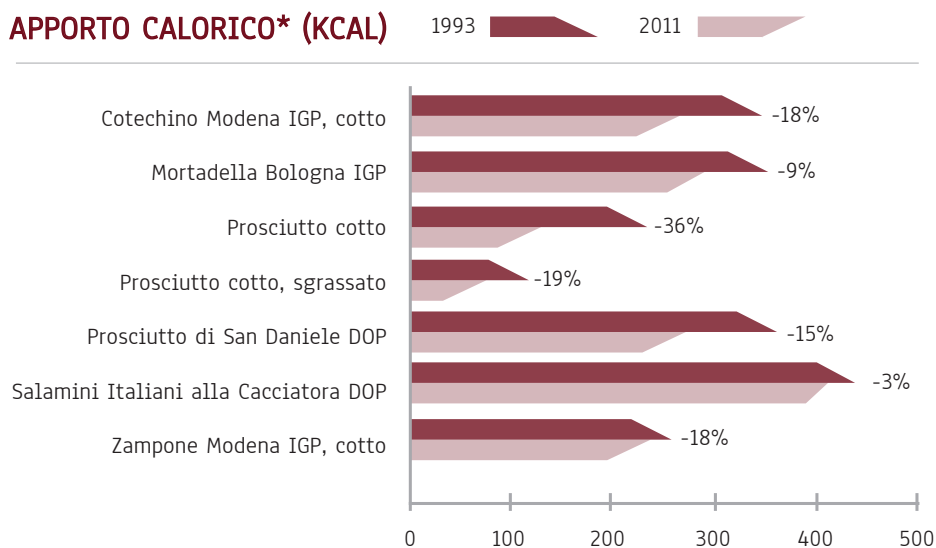
* Per 100g di prodotto

NOTA: per i prodotti oggetto dell'aggiornamento del lavoro di analisi del 2017 non è disponibile il dato relativo al 1993

CONTENUTO LIPIDICO* (G)**GRASSI SATURI* (G)****RAPPORTO TRA GRASSI SATURI E INSATURI**

* Per 100g di prodotto

NOTA: per i prodotti oggetto dell'aggiornamento del lavoro di analisi del 2017 non è disponibile il dato relativo al 1993

COLESTEROLO* (MG)**PROTEINE* (G)****APPORTO CALORICO* (KCAL)**

* Per 100g di prodotto

NOTA: per i prodotti oggetto dell'aggiornamento del lavoro di analisi del 2017 non è disponibile il dato relativo al 1993

ACIDO LINOLEICO (LA) E ALFA-LINOLENICO (ALA)

SALUMI ITALIANI	LA (Omega-6)	ALA (Omega-3)
	% RI*	
Bresaola della Valtellina IGP	1,1%	2,1%
Coppa	16,8%	5,7%
Coppa Piacentina DOP	25,3%	8,5%
Cotechino Modena IGP, cotto ¹	10,1%	3,8%
Mortadella Bologna IGP	15,6%	6,6%
Pancetta arrotolata	31,3%	11,3%
Pancetta Piacentina DOP	30,5%	10,5%
Prosciutto cotto	2,2%	1,2%
Prosciutto cotto, alta qualità	5,5%	2,7%
Prosciutto cotto, alta qualità, sgrassato ²	2,2%	1,1%
Prosciutto cotto scelto	2,4%	1,5%
Prosciutto cotto scelto, sgrassato	1,0%	0,6%
Prosciutto cotto sgrassato	1,0%	0,5%
Prosciutto crudo nazionale	8,1%	5,0%
Prosciutto crudo nazionale sgrassato ²	2,9%	1,8%
Prosciutto di Modena DOP	14,1%	5,8%
Prosciutto di Modena DOP, sgrassato ²	5,2%	2,1%
Prosciutto di San Daniele DOP	12,0%	4,6%
Prosciutto di San Daniele DOP, sgrassato ²	4,0%	1,5%
Prosciutto Toscano DOP	15,5%	6,1%
Prosciutto Toscano DOP, sgrassato	7,3%	2,0%
Salame Brianza DOP	23,6%	7,7%
Salame Milano	15,1%	4,2%
Salame Napoli	18,6%	6,9%
Salame Piacentino DOP	17,7%	6,5%
Salame ungherese	19,8%	6,7%
Salame di Varzi DOP	20,0%	6,1%
Salamini Italiani alla Cacciatora DOP	19,9%	7,3%
Speck Alto Adige IGP	13,9%	9,3%
Wurstel di puro suino	13,5%	6,1%
Zampone Modena IGP, cotto ¹	10,6%	3,9%

¹Dopo cottura 20' dentro la confezione e scolato dal liquido di cottura.

²Valori riferiti al prodotto privato del grasso visibile

*Intervallo di riferimento per l'assunzione dei macronutrienti. IV revisione dei Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed energia per la popolazione italiana (LARN), 2014

In grassetto sono evidenziati i prodotti oggetto dell'aggiornamento del lavoro di analisi del 2017. Tutti gli altri valori si riferiscono allo studio delle tabelle nutrizionali del 2011.

VITAMINE DEL GRUPPO B

SALUMI ITALIANI	Tiamina	Riboflavina	Niacina	Vit. B6	Vit. B12
	% dei LARN*				
Bresaola della Valtellina IGP	20,5%	5,0%	9,8%	23,6%	19,3%
Coppa	30,7%	6,8%	21,5%	6,5%	17,0%
Coppa Piacentina DOP	24,1	7,1%	22,9%	5,0%	12,6%
Cotechino Modena IGP, cotto ¹	4,51%	3,6%	9,6%	2,9%	13,1%
Mortadella Bologna IGP	12,0%	4,7%	15,0%	12,1%	6,9%
Pancetta arrotolata	18,2%	2,2%	10,2%	2,9%	12,7%
Pancetta Piacentina DOP	9,5%	2,1%	5,8%	3,2%	5,0%
Prosciutto cotto	33,5%	4,6%	15,7%	16,8%	2,3%
Prosciutto cotto, sgrassato	35,0%	5,0%	16,4%	17,7%	
Prosciutto crudo nazionale	29,0%	7,3%	19,5%	45,5%	
Prosciutto crudo nazionale sgrassato ²	32,0%	8,1%	21,4%	50,0%	
Prosciutto di Modena DOP	29,5%	7,7%	19,9%	45,5%	8,2%
Prosciutto di Modena DOP, sgrassato ²	35,0%	9,2%	23,5%	53,6%	
Prosciutto di San Daniele DOP	34,0%	7,7%	18,3%	47,3%	11,7%
Prosciutto di San Daniele DOP, sgrassato ²	39,0%	8,8%	21,0%	54,1%	
Prosciutto Toscano DOP	28,0%	6,8%	18,1%	32,8%	11,8%
Prosciutto Toscano DOP, sgrassato	32,7%	7,5%	20,7%	39,2%	13,6%
Salame Brianza DOP	20,5%	5,3%	18,1%	3,9%	11,0%
Salame Milano	26,3%	6,4%	17,7%	7,5%	14,1%
Salame Napoli	25,4%	5,4%	18,6%	6,2%	11,0%
Salame Piacentino DOP	18,6%	6,8%	19,1%	3,9%	10,4%
Salame ungherese	23,0%	6,6%	13,6%	6,0%	13,0%
Salame di Varzi DOP	24,5%	6,4%	22,5%	4,2%	10,8%
Salamini Italiani alla Cacciatora DOP	24,9%	5,2%	27,6%	39,7%	12,9%
Speck Alto Adige IGP	20,5%	6,2%	14,6%	21,4%	8,2%
Wurstel di puro suino	9,5%	2,9%	5,0%	1,8%	
Zampone Modena IGP, cotto ¹	3,2%	3,2%	9,2%	1,5%	11,5%

¹Dopo cottura 20' dentro la confezione e scolato dal liquido di cottura.²Valori riferiti al prodotto privato del grasso visibile

*IV revisione dei Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed energia per la popolazione italiana (LARN), 2014

In grassetto sono evidenziati i prodotti oggetto dell'aggiornamento del lavoro di analisi del 2017.

Tutti gli altri valori si riferiscono allo studio delle tabelle nutrizionali del 2011.

SALI MINERALI

SALUMI ITALIANI	Potassio	Fosforo	Magnesio	Ferro	Zinco	Rame	Selenio
	% dei LARN*						
Bresaola della Valtellina IGP	54,3%	23,2%	7,7%	18,8%	22,5%	5,2%	6,4%
Coppa	59,0%	19,9%	7,9%	9,5%	18,5%	7,1%	10,9%
Coppa Piacentina DOP	47,6%	24,3%	10,6%	13,1%	22,7%	8,6%	36,4%
Cotechino Modena IGP, cotto ¹	19,0%	7,8%	2,7%	10,3%	8,1%		10,9%
Mortadella Bologna IGP	27,1%	10,2%	3,8%	7,4%	7,8%		18,2%
Pancetta arrotolata	31,8%	10,1%	3,5%	2,5%	6,4%	3,8%	10,0%
Pancetta Piacentina DOP	21,0%	10,2%	4,1%	3,6%	8,4%	3,6%	9,1%
Prosciutto cotto	26,8%	10,9%	3,6%	3,5%	5,5%	5,6%	9,1%
Prosciutto cotto, sgrassato	27,2%	12,2%	3,9%	4,8%	7,3%	6,7%	9,1%
Prosciutto crudo nazionale	27,7%	11,7%	3,8%	4,1%	6,4%	5,1%	13,6%
Prosciutto crudo nazionale sgrassato ²	52,8%	17,8%	7,0%	7,5%	13,6%	4,0%	14,5%
Prosciutto di Modena DOP	53,6%	16,9%	6,5%	5,9%	10,4%	3,4%	15,5%
Prosciutto di Modena DOP, sgrassato ²	62,3%	21,0%	8,2%	8,9%	16,1%	5,0%	18,2%
Prosciutto di San Daniele DOP	50,1%	15,8%	6,0%	6,6%	11,9%	2,9%	12,7%
Prosciutto di San Daniele DOP, sgrassato ²	57,5%	18,2%	6,8%	9,0%	13,7%	3,6%	11,8%
Prosciutto Toscano DOP	40,9%	19,9%	8,5%	7,5%	14,0%	5,7%	18,2%
Prosciutto Toscano DOP, sgrassato	46,2%	22,4%	9,4%	8,6%	16,0%	6,4%	27,3%
Salame Brianza DOP	43,0%	21,8%	8,5%	10,6%	17,8%	7,1%	18,2%
Salame Milano	56,6%	17,6%	6,3%	8,5%	15,2%	9,6%	16,4%
Salame Napoli	57,5%	17,9%	6,6%	6,3%	12,3%	7,8%	15,5%
Salame Piacentino DOP	45,0%	22,8%	9,7%	8,4%	19,7%	7,1%	27,3%
Salame ungherese	54,9%	16,1%	5,0%	7,7%	13,6%	8,8%	14,5%
Salame di Varzi DOP	44,0%	22,9%	9,7%	9,6%	19,0%	6,4%	27,3%
Salamini Italiani alla Cacciatora DOP	59,8%	17,6%	6,3%	7,3%	12,7%		12,7%
Speck Alto Adige IGP	56,7%	23,5%	8,0%	10,1%	12,3%	5,1%	13,6%
Wurstel di puro suino	6,5%	7,6%		3,6%	5,8%	25,0%	9,1%
Zampone Modena IGP, cotto ¹	11,4%	5,9%	2,2%	9,1%	7,5%		10,9%

¹Dopo cottura 20' dentro la confezione e scolato dal liquido di cottura.²Valori riferiti al prodotto privato del grasso visibil

*IV revisione dei Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed energia per la popolazione italiana (LARN), 2014

In grassetto sono evidenziati i prodotti oggetto dell'aggiornamento del lavoro di analisi del 2017.

Tutti gli altri valori si riferiscono allo studio delle tabelle nutrizionali del 2011.

RIFERIMENTI NORMATIVI

Regolamento (UE) n. 1151/2012 del 21 novembre 2012 – norme sui regimi di qualità dei prodotti agricoli e alimentari (Pubblicato nella G.U.U.E. L343 del 14.12.2012) e successivi regolamenti delegati e di esecuzione; Regolamento delegato (UE) N. 664/2014 – Pubblicato nella G.U.U.E. L179 del 19.06.2014; Regolamento delegato (UE) N. 665/2014 – Pubblicato nella G.U.U.E. L179 del 19.06.2014; Regolamento di esecuzione (UE) N. 668/2014 – Pubblicato nella G.U.U.E. L179 del 19.06.2014.

Regolamento (UE) n. 1169/2011 del 25 ottobre 2011 – normativa relativa alla fornitura di informazioni sugli alimenti ai consumatori (Pubblicato nella G.U.U.E. L304 del 22.11.2011).

Decreto 14 ottobre 2013 – disposizioni nazionali per l'attuazione Reg. (UE) 1151/2012 del Parlamento Europeo e del Consiglio del 21 Novembre 2012 (Pubblicato nella G.U. n. 251 del 25.10.2013).

Decreto 27 dicembre 2012 – decreto con cui il Ministero delle politiche agricole alimentari e forestali ha istituito l'albo nazionale degli agenti vigilatori e degli agenti vigilatori di pubblica sicurezza (Pubblicati nella G.U. n. 15 del 18.01.2013).

Decreto 12 maggio 2010 – disposizioni generali in materia di verifica delle attività attribuite ai Consorzi di tutela in agricoltura (Pubblicato nella G.U. n. 121 del 26.05.2010).

Decreto 19 novembre 2004 n. 297 – normativa che disciplina il sistema sanzionatorio, in applicazione del Reg. CEE n.2081/92 ora Reg CE n.1151/2012, relativo alla protezione delle indicazioni geografiche e delle denominazioni di origine dei prodotti agricoli e alimentari (Pubblicato nella G.U. n. 293 del 15.12.2004).

Legge 21 dicembre 1999 n. 526 – legge italiana recante disposizioni per l'adempimento di obblighi derivanti dall'appartenenza dell'Italia alle Comunità europee. L'Art. 14 introduce i principi per il riconoscimento dei consorzi di tutela e loro specifiche funzioni (Pubblicato nella G.U. n. 13 del 18.01.2000 – Supplemento Ordinario n. 15).

Decreti 12 aprile 2000 n.61413 e 61414 – decreti del Ministero delle politiche agricole alimentari e forestali contenenti le disposizioni generali relative ai requisiti di rappresentatività dei consorzi di tutela delle denominazioni di origini protette (DOP) e delle indicazioni geografiche protette (IGP) e i criteri di rappresentanza negli organi sociali dei Consorzi di tutela delle DOP e delle IGP (Pubblicati nella G.U. n. 97 del 27.04.2000) e successive integrazioni.

Decreto 12 settembre 2000 n. 410 – adozione del regolamento concernente la ripartizione dei costi derivanti dalle attività dei Consorzi di tutela delle denominazioni di origine e delle indicazioni geografiche protette incaricati dal Ministero delle politiche agricole e forestali (Pubblicato nella G.U. n. 9 del 12.01.2001).

Decreto 12 ottobre 2000 – collaborazione dei consorzi di tutela delle DOP e IGP con l'Ispettorato centrale repressione frodi nell'attività di vigilanza, tutela e salvaguardia delle DOP e IGP (Pubblicato nella G.U. n. 272 del 21.11.2000).

BIBLIOGRAFIA

Aburto NĴ, Źiolkovska A, Hooper L, Elliott P, Cappuccio FP, Meerpohl ĴĴ. Effect of lower sodium intake on health: systematic review and meta-analyses. *Br MedĴ* 2013;346:f1326 doi: 10.1136/bmj.f1326.

Barbato A, Strazzullo P. Apporto di sodio in età pediatrica e rischio cardiovascolare nell'adulto. *Giorn Gastr Epatol Nutr Ped* 2013; V(6):23-26.

BCFN, 2012. L'alimentazione nel 2030: tendenze e prospettive.

BCFN, 2012. Doppia piramide: favorire scelte alimentari consapevoli.

Belletti G., Marescotti A., 2007. Costi e benefici delle denominazioni geografiche (Dop e Igp). *Agriregionieuropa*, n. 8, marzo.

Blesa E., Alino M., Barat Ĵ.M., Grau R., Toldrà F., Pagan M.Ĵ., 2008. Microbiology and physico-chemical changes of dry-cured ham during the post-salting stage as affected by partial replacement of NaCl by other salts. *Meat Science*, 78: 135-142.

Bosi P., Russo V., 2004. The production of the heavy pig for high quality processed products. *Italian Ĵournal of Animal Science*, 3: 309-321.

Campbell N, Correa-Rotter R, Neal B, et al. New evidence relating to the health impact of reducing salt intake. *Nutr Metab Cardiovasc Dis* 2011;21: 617-9.

Casati D., 2000. Le nuove frontiere tecnologiche della filiera agro alimentare. *L'Industria*, 21: 93-113.

Donfrancesco C, Ippolito R, Lo Noce C, et al. Excess dietary sodium and inadequate potassium intake in Italy: results of the MINISAL study. *Nutr Metab Cardiovasc Dis* 2013; 23:850-6.

Giuca S., 2001. Le politiche comunitarie e nazionali per la qualità. In "La costruzione di percorsi di qualità per la valorizzazione delle produzioni agroalimentari locali", Working Paper, Inea, Roma.

Interdisciplinary Working Group for Reduction of Salt Intake in Italy (GIRCSI). Website : www.menosalepiusalute.it.

Leclercq C, Ferro-Luzzi A. Total and domestic consumption of salt and their determinants in three regions of Italy. *Eur Ĵ Clin Nutr* 1991; 45: 151-9.

Magrinya N., Bou R., Tres A., Rius N., Codony R., Guardiola F., 2009. Effect of tocopherol extract, *Staphylococcus carnosus* culture, and celery concentrate addition on quality parameters of organic and conventional dry-cured sausages. *Ĵournal of Agriculture and Food Chemistry*, 57: 8963-8972.

NutriMI, 2013. Il ruolo della carne in un'alimentazione equilibrata e sostenibile. Supplemento tematico a NutriMI - La Rivista di Nutrizione Pratica.

Pimentel D. e Pimentel M., 2003. Sustainability of meat-based and plant-based diets and the environment. *Am Ĵ Clin Nutr* 2003, 78:660S-663S.

Sebranek Ĵ.G., Ĵackson-Davis A.L., Myers K.L., Lavieri N.A., 2012. Beyond celery and starter culture: Advances in natural/organic curing processes in the United States. *Meat Science*, 92: 267-273.

Strazzullo P, D'Elia L, Kandala NB, et al. Salt intake, stroke, and cardiovascular disease: meta-analysis of prospective studies. *Br Med Ĵ* 2009; 339: b4567.

Turrini A, Saba A, Perrone D, et al. Food consumption patterns in Italy: the INN-CA study 1994-96. *Eur Ĵ Clin Nutr* 2001; 55: 571-88.

LARN - Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed energia per la popolazione italiana. IV Revisione. SINU. 2014

Greenfield & Southgate, Food Composition Data. Production, Management and Use. FAO, Rome. 2003

NOTE

Progetto editoriale,
coordinamento redazionale,
grafica:

SPRIM Italia Srl, Via Brisa 3 -
20123 Milano

Foto d'archivio:

repertorio ISIT, IVSI,
Consorzi di Tutela, Shutterstock

Stampato 2017



ISIT - Istituto Salumi Italiani Tutelati
Milanofiori - strada 4 palazzo Q8 - 20089 (MI)
Tel. 02.8925901 - info@isitsalumi.it

www.isitsalumi.it