



# ISOLA DELLA SCALA

## IL RISO CHE UNISCE L'ITALIA



***Amato dai gourmet e dai salutisti. Nel Belpaese impazza la 'risomania'.***

## **BENESSERE E LIFESTYLE. IL RISO UNA SCELTA VINCENTE**

***21 milioni di Italiani hanno scelto un risotto al ristorante.  
Lo afferma una ricerca Nielsen per Ente Fiera di Isola della Scala***

Versatile, digeribile e sempre pronto per diventare il protagonista di forme infinite di sperimentazioni culinarie, il riso è un ingrediente fondamentale per la tavola e aiuta anche a mantenerci in forma. Lo sanno bene gli italiani. Sono ben 21 milioni i nostri concittadini che si sono lasciati contagiare dalla "risomania" e hanno ordinato riso al ristorante nel corso dell'anno. Il riso, infatti, è un alimento sano e naturale ed è uno degli alimenti più amati nella cucina di tutto il mondo. Ma quanto mangiarne per rimanere in forma? Bastano 60-80 g a crudo per porzione, 4-5 volte a settimana come primo piatto o piatto unico. Parola di nutrizionista.

*"Il riso è un alimento completo, un carboidrato complesso che spesso viene sottovalutato per le sue qualità – spiega Anna Maria Lammardo docente e nutrizionista della Facoltà di Medicina dell'Università di Milano -. Invece la sua particolarità è che le calorie che esso incorpora vengano assimilate dal nostro organismo pian piano durante la giornata, permettendone un facile smaltimento. Proprio per questo motivo il riso viene utilizzato come base per tantissime diete, perché essendo a lenta assimilazione, difficilmente viene trasformato in grasso corporeo."*

Ma si sa, oltre al benessere c'è la gola e gli italiani amano la buona cucina e stare a tavola per ore e ore perdendosi in lunghe chiacchiere tra amici... e quale migliore compagno del mangiare se non il riso? Amato dagli chef per la sua versatilità, oltre all'immane risotto, il riso ben si accompagna a piatti unici, di carne o pesce, a dolci e sformati. Ecco allora l'identikit di questo "amore" tracciato da una ricerca Nielsen. **L'analisi è stata realizzata da Nielsen per conto dell'Ente Fiera di Isola della Scala e dai dati emerge che sono oltre 21 milioni gli italiani che hanno ordinato riso fuori casa: circa il 45% del totale dei consumatori di riso in Italia. E ne hanno mangiato quasi 82 mila tonnellate tra ristoranti, osterie, tavole calde, bar, alberghi.**

L'istituto di ricerca ha stimato che **il riso viene consumato fuori casa 48 volte l'anno, e i consumatori si possono classificare tra saltuari, coloro, cioè che degustano il cereale solamente una volta al mese (il 50% degli oltre 21 milioni di consumatori) , gli affezionati, ossia quel 14% che mangia riso 2-3 volte la settimana, e i risodipendenti che al ristorante ordinano riso 4-5 volte alla settimana (7,5%).**



# ISOLA DELLA SCALA

## IL RISO CHE UNISCE L'ITALIA



La scelta del riso per le famiglie italiane, **che lo acquistano nel 95% dei casi e lo consumano in media almeno una volta alla settimana**, dipende dalla **consapevolezza della qualità e degli aspetti nutrizionali**. **Tra gli interpellati dalla ricerca, 4 persone su 5 lo acquistano soprattutto nei supermercati (64%), perché lo ritengono un “buon alimento”.**

Una persona su due (47%) sa che è un ottimo sostituto della pasta e del pane, e infatti sono molti (35%) che dichiarano espressamente che il riso in cucina non manca perché è molto più digeribile. Per quanto riguarda le varietà acquistate si classificano ai primi posti quelle più note come Ribe, Arborio, Roma e Originario. **Ma molte persone iniziano anche a scegliere varietà di riso molto raffinate ed esclusive come il Vialone Nano Veronese IGP che si è conquistato una buona fetta di mercato, in particolare tra i gourmand del Belpaese.**

**(Ricerca Nielsen giugno e dati del Dipartimento di Nutrizione dell'Università di Milano)**

#### CONTATTI

**GM&P Srl**

**Game Managers & Partners**

Comunicazione e ufficio stampa

Viviana Basso 346/2864886

Rossella Rosciano 346/2865055

[fierariso@gamemangers.it](mailto:fierariso@gamemangers.it)