

Intervista al Dr. Ulrich Nehring, chimico degli alimenti con licenza federale

Grigliare con le vaschette di alluminio

Quali vantaggi offrono le vaschette di alluminio per grigliare?

Dr. Ulrich Nehring: se si usano le vaschette di alluminio per grigliare, si può evitare che il grasso goccioli dal cibo sulla brace o sulle fiamme e bruciando possa formare sostanze cancerogene che poi si ritroveranno nell'alimento cotto alla griglia. Con l'uso delle vaschette in alluminio per grigliare è dunque possibile tutelare la propria salute.

A che cosa si deve fare attenzione grigliando con le vaschette in alluminio?

Dr. Ulrich Nehring: se si usano le vaschette di alluminio per grigliare, allora non andrebbero utilizzate per preparare alimenti acidi come per esempio carne marinata all'agro o pesce condito con succo di limone.

Se si cuociono alla griglia, in una vaschetta di alluminio, alimenti marinati conditi, che cosa succede di preciso, e, se si griglia in questo modo occasionalmente, deve suscitare preoccupazioni per la salute?

Dr. Ulrich Nehring: la carne marinata all'agro o il pesce o il succo di limone che si usa ad esempio per irrorare il pesce durante la cottura alla griglia, possono talvolta disgregare l'alluminio delle vaschette per grigliata. Si formano sali di alluminio che si trasferiscono sugli alimenti. Specie sui soggetti con patologie a carico dei reni, l'alluminio si può accumulare nel corpo e in grandi quantità può portare a disturbi del sistema nervoso. Se una volta per si è cucinato per sbaglio un alimento acido su una vaschetta di alluminio per grigliare, non sono da temere conseguenze immediate per la salute. La maggior parte dell'alluminio che assumiamo con la nostra proviene proprio dagli alimenti. È contenuto come elemento naturale in molti alimenti come cacao, cioccolato, tè o alcune specie, in quantità davvero notevoli. Occorre tuttavia rispettare in linea di principio le regole per grigliare con le apposite vaschette di alluminio, al fine di mantenere il più bassa possibile l'assunzione di alluminio.

Maggiori informazioni sul tema, incl. intervista: www.allesueberalu.de/Alu-Grillschalen.html.

Foto: Dr. Ulrich Nehring, Copyright Dr. Ulrich Nehring/Associazione tedesca dell'alluminio
Gesamtverband der Aluminiumindustrie e. V. (GDA)

Referenti:

Arne Regenbrecht

Gesamtverband der Aluminiumindustrie e. V. (GDA)

T + 49 211 4796-442

arne.regenbrecht@aluinfo.de

Patrick Altenstrasser

Associazione europea dei produttori di foglio di alluminio (EAFA) | Part of AMS Europe e. V.

T +49 211 387 326-04

altenstrasser@alufoil.org