

Sua maestà... l'uovo

Giudicate tra le migliori fonti di proteine nobili, le uova costituiscono un alimento molto importante da un punto di vista nutrizionale. Tuorlo e albume contengono prevalentemente lipidi, proteine molto digeribili, vitamine e sali minerali. La componente maggiore è rappresentata dai lipidi molti dei quali sono fosfolipidi e grassi, per lo più insaturi, ma anche da abbondante colesterolo. Le uova sono alimenti che potrebbero causare anche allergie e, proprio per questo motivo, il Regolamento Ue n.1169/2011, (più volte citato precedentemente in questa rubrica), stabilisce che la loro presenza, nella lista degli ingredienti di alimenti preconfezionati, debba essere indicata in maniera molto marcata. Le uova presentano un'etichetta molto completa ma anche complessa. Sarà capitato certamente a molti di chiedersi che cosa indichino numeri, codici e sigle stampigliate sui gusci delle uova. Si tratta di informazioni che rappresentano una vera e propria carta d'identità, grazie alla quale i consumatori possono acquistare le uova in tranquillità e sicurezza. Le sequenze che riscontriamo co

...

Consultazione dell'intero articolo riservata agli abbonati

12/03/2021