

IL CIBO DEL FUTURO: COSA MANGEREMO NEL 2050?



Uno dei quesiti più incalzanti della società moderna riguarda la ricerca di benessere e standard di vita sostenibili alla luce della **diminuzione** della quantità delle **risorse disponibili**.

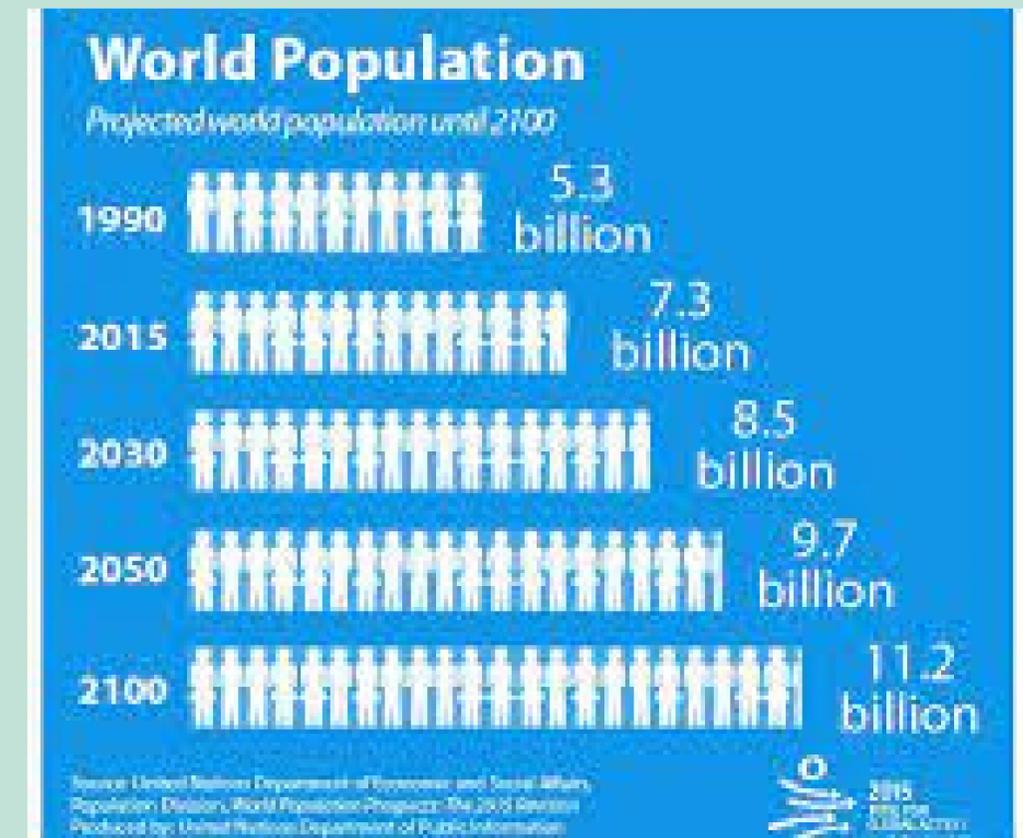
Il **cibo del futuro** è la chiave per comprendere come **sopravvivrà l'uomo del domani**. E con lui i suoi affari, dato che la soddisfazione dei bisogni primari è il motore di ogni processo economico (nutrirsi per sopravvivere, lavorare per nutrirsi, lavorare per sopravvivere).

Fonte: Forbes Italia, Knorr, Il Sole24ore, Fao

I "numeri" del 2050

Secondo le previsioni delle Nazioni Unite, nel 2050 la popolazione mondiale arriverà a 9,7 miliardi, dai 7,7 miliardi attuali. Nel 2100 toccherà gli 11,2 miliardi, per poi cominciare a declinare. Sebbene questi dati siano stati oggetto di critiche e ritenuti non sempre ben stimati, al di là delle cifre, il problema dell'aumento della popolazione rimane e si pone in relazione a tematiche legate all'alimentazione e al cibo del futuro, che a loro volta si allacciano profondamente ai temi ambientali. Il cambiamento climatico in corso deve una parte di responsabilità al nostro modo di nutrirci, di produrre e persino di sprecare il cibo.

Nel 2050, tra meno di quaranta anni, per soddisfare le esigenze alimentari della popolazione del globo ci vorranno ben tre pianeti.



“Stiamo minando la stabilità di tutto il pianeta con un accumulo di CO₂, derivante da questa estrazione che è cresciuta in tempi rapidissimi, solo 300 anni. I sistemi alimentari sono fattori essenziali, perché contribuiscono alla biodiversità e influiscono sul cambiamento climatico”.

*Gabriele Volpato,
Docente di Ecologia e Zoologia Gastronomica*

Tutti a tavola, si mangia il cibo del futuro, per averne uno...

Date queste premesse, torniamo alla domanda: cosa troveremo in tavola nel 2050? In quali direzioni si orienterà la produzione di cibo da qui al prossimo futuro?

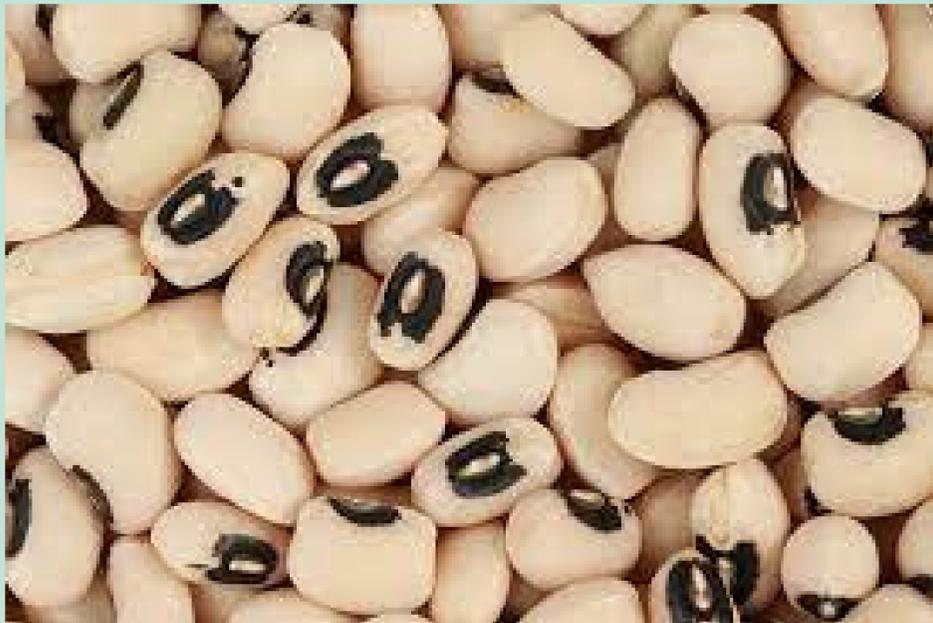
La redazione di Forbes ha quindi deciso di provare a ragionare su quello che sarà il menù del futuro, attraverso un'analisi dei più discussi e papabili "cibi del futuro".

- Legumi
- Megafrutti
- Alghe
- Carne in vitro (coltivata)
- Meduse
- Cactus
- Insetti



Legumi

Fibre, proteine e vitamina B, ma anche la loro versatilità in cucina e, non ultimo, il fatto che le piante svolgano un ruolo importante nell'ecosistema grazie alla capacità di fissare l'azoto. Nell'elenco dei legumi che faranno parte della nostra dieta futura ce ne sono 9: gli ormai famosi Azuki giapponesi, Fagioli neri, Fave, Bambara (che si mangia come fosse un frutto secco, molto diffuso e prezioso in Africa), la Tylosema, il Fagiolo dell'occhio, le Lenticchie, i Semi di Soia, e per finire il Fagiolo mungo verde.



Fagiolo dell'occhio



Azuki giapponesi

Secondo la Fao (Food and Agriculture Organization of the United Nations),
i legumi sono gli eco-alleati dell'uomo

Megafrutti

I megafrutti sono ottimi candidati ad essere “grandi frutti” in grado di soddisfare grandi masse. Grandi in termini fisici, ma anche in ragione delle proprietà benefiche. Tra questi uno dei più famosi è sicuramente il jackfruit, il più grande esistente in natura tra i frutti che crescono dagli alberi.

Originario dell'India, è presente anche in altri paesi del Sud-est asiatico, dove è noto per via delle dimensioni (un sincapro, contenente diversi frutti, può arrivare a pesare 30 chili) e delle sue caratteristiche nutrizionali (ottima fonte di potassio, calcio e ferro).

La vera ragione per cui questo frutto potrebbe “salvare l'umanità”, come diversi nutrizionisti sostengono, risiede in prima analisi nel fatto che il jackfruit si adatta benissimo anche ai climi molto caldi (il che lo rende a prova di cambiamenti climatici) e gli alberi non richiedono di essere ripiantati ogni anno, né hanno bisogno di particolari cure. In seconda analisi, oltre alle dimensioni ragguardevoli, abbiamo la versatilità: frutti, corteccia, lattice e altro ancora.



Albero di Jackfruit



Jackfruit

Alghe

Le alghe, radicate nella cucina orientale, stanno pian piano facendo breccia tra i gusti occidentali. Molti nutrizionisti le inseriscono tra i migliori candidati a "cibo del futuro" in funzione della loro reperibilità, della facilità di coltivazione e delle proprietà benefiche di alcune specie. Ricche di nutrienti, acidi grassi essenziali e antiossidanti, spesso ricche di proteine e, soprattutto, piene di umami, cioè di sapore. Ad esempio l'alga Laver è una varietà di alga nori con cui in Scozia si producono delle tradizionali frittelline, mentre l'alga Wakame, è diventata molto conosciuta grazie ad un tipico piatto hawaiano, il Poke. Non è un caso se nel 2008 sono state citate anche loro dalla Fao, prendendo in esempio il caso dell'alga spirulina, come alimento sul quale puntare nei prossimi anni. Negli anni '80, sulla base dei risultati ottenuti dagli studi sull'alga spirulina, la Nasa ha proposto la coltivazione anche durante le missioni spaziali destinate a durare per lungo tempo.



Insalata di alghe e sesamo



Mermaid croissant blu all'alga spirulina



Torta all'alga spirulina

Carne in vitro (coltivata)

La carne in vitro o coltivata è un prodotto di carne animale che non è mai stato parte di un animale vivo. La tecnica consiste nel prelevare cellule muscolari e nutrirlle con proteine che aiutano la crescita del tessuto. Una volta che il processo è partito, teoricamente è possibile continuare a produrre carne all'infinito senza aggiungere nuove cellule da un organismo vivente. Si è stimato che, in condizioni ideali, due mesi di produzione di carne in vitro potrebbero generare 50.000 tonnellate di carne da dieci cellule muscolari di maiale. Le tecniche di creazione della carne coltivata sono state approvate sin dal 1995 dalla Food and Drug Administration. I ricercatori hanno mostrato come l'impatto ambientale della carne coltivata sia significativamente minore rispetto a quello della carne da macello. Per ogni ettaro utilizzato per la produzione di carne coltivata si potrebbero liberare tra i 10 e i 20 ettari di terra. Secondo studi di ricercatori di Oxford e di Amsterdam, la produzione di carne coltivata emetterebbe il 4% dei gas serra e ridurrebbe i consumi energetici per la produzione della carne del 45%. L'allevamento tradizionale è responsabile del 18% dei gas serra, e causa più danni dell'intero sistema mondiale dei trasporti



«La carne sintetica ferma le crudeltà nei confronti degli animali, è migliore per l'ambiente, può essere più sicura, efficiente e anche più salutare. Abbiamo l'obbligo morale di supportare questo tipo di ricerca.»

Julian Savulescu, bioeticista australiano

«Sfuggiremo all'assurdità di far crescere un pollo intero, solo per mangiarne il petto o l'ala, facendo crescere queste parti separatamente in un ambiente adatto.»

Winston Churchill, The Strand Magazine (dicembre 1931)

Meduse

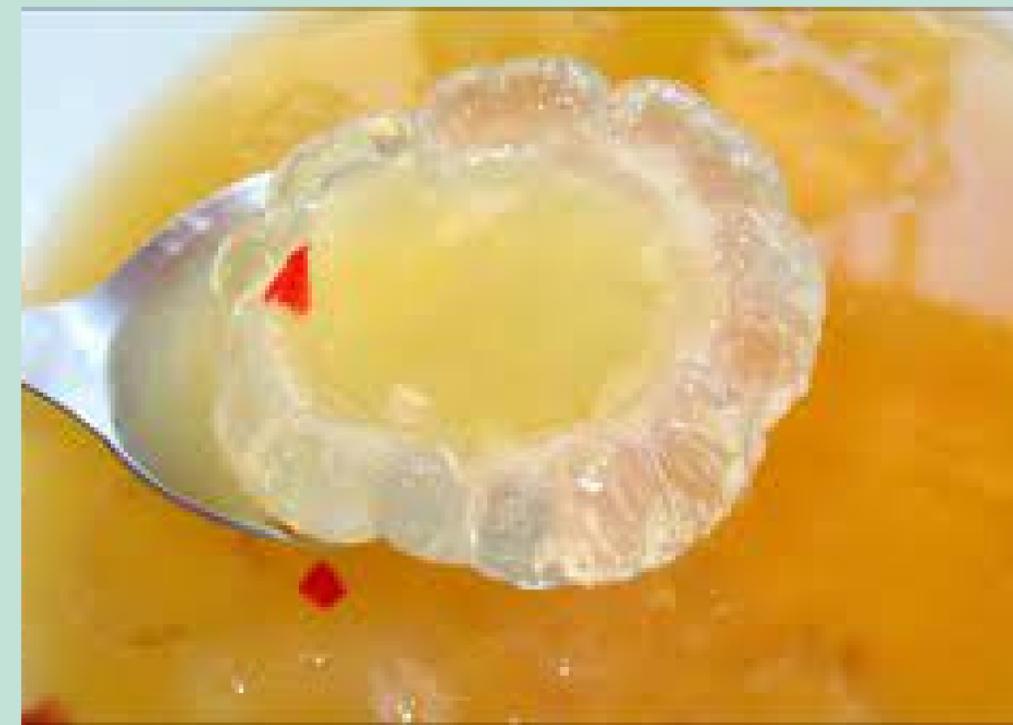
Da tormento dei bagnanti in vacanza, a potenziali salvatrici del pianeta. Le meduse sono estremamente diffuse nei principali mari della Terra, e presto potrebbero esserlo anche sulle nostre tavole. I motivi? Facili da allevare e ricche di sostanze nutritive. Inoltre, con la diminuzione di predatori come tonni e tartarughe, la popolazione delle meduse è destinata ad un'acrescita esponenziale, essendo facilmente adattabile, cosicché mangiarle potrebbe essere una buona strategia per contrastarne l'aumento indiscriminato. Lo stesso Cnr, partner scientifico di Palazzo Italia durante Expo 2015, le ha promosse come importante risorsa in ottica futura, durante un convegno dedicato ai cibi alternativi. Il commercio sulle piazze orientali è già largamente diffuso: in Cina vengono utilizzate essiccate nelle insalate, in Giappone vengono invece fritte in tempura oppure utilizzate nel sushi. In Thailandia, tagliate a strisce, vengono mangiate come spaghetti. Costano poco, sono versatili e possono acquisire il fascino del frutto di mare nei gusti dei consumatori occidentali



Insalata di medusa



Medusa alla piastra



Zuppa di medusa e zenzero

Cactus

Tollerano l'aridità, sono ricchi d'acqua e vitamine C e E, aminoacidi e fibre. In più, sono utili per il trattamento dell'obesità ma anche come mangime animale. In lista c'è solo il genere *Opuntia*, che noi conosciamo come piantina grassa da mensola o come fico d'india, ma che in Messico usano praticamente per tutto.

Secondo la Fao, l'*Opuntia* è la pianta del futuro, essendo preziosa fonte di cibo, acqua e foraggio. Gli studi condotti da diversi esperti hanno mostrato che durante la grave siccità che ha colpito il Sud del Madagascar nel 2015, è stato proprio il cactus a rappresentare "una fonte essenziale di cibo, foraggio e acqua per le popolazioni locali e gli animali".



Opuntia in preparazione



Insalata di Opuntia

Insetti, ragni e scorpioni

L'allevamento è facilissimo, i sottoprodotti minimi (e riutilizzabili come compost) e la resa nutrizionale massima. Secondo la Fao più di 2 miliardi di persone fanno già uso di insetti per fini alimentari, e le specie commestibili in commercio sono oltre 1.900. In ben 36 paesi africani vengono consumate almeno 527 specie diverse, lo stesso avviene in 29 paesi asiatici ed in 23 paesi nelle Americhe. Sempre secondo la FAO, dal punto di vista ambientale, gli insetti presentano un'alta efficienza di conversione nutrizionale, in media possono convertire 2 Kg di cibo in 1 Kg di massa, laddove un bovino necessita di 8 Kg di cibo per produrre l'aumento di 1 Kg di peso corporeo. Per quanto riguarda i valori nutrizionali, gli insetti rappresentano alimenti di tutto rispetto se comparati alle carni. Il contenuto proteico della carne di vitello è intorno al 22%, mentre invece il contenuto proteico di locuste e cavallette varia dal 18 al 32%.

In Europa, la Svizzera, è stato il primo paese europeo ad avere sugli scaffali del supermercato cibo composto da insetti destinato all'alimentazione. Per chi invece rientra nell'Ue, si dovranno rispettare le direttive comunitarie dell'Autorità europea per la sicurezza alimentare (Efsa), aggiornate al 1 gennaio 2018 con il regolamento 22/83 dedicato ai novel food.

Il "**problema**" è che se in diversi luoghi del pianeta mangiare insetti alla griglia è considerato un gustoso sfizio, in buona parte del mondo occidentale associare la parola "insetto" a "cibo" genera orrore. Eppure chi li mangia assicura che i grilli sappiano di gamberetti e che le tarme della farina abbiano il gusto di noci.

Basta solo chiudere gli occhi.



Qualche ricetta.....



Tarantole fritte



Spiedini di cavallette



Scorpioni fritti



Pasta con farina di grillo



Frittura mista di grilli e cavallette



Larve alla piastra

Grazie per l'attenzione e ricordatevi sempre:

"Non sprecate il cibo, Il destino del pianeta è nelle vostre mani!"

Solo nel 2019 sono state sprecate **931 milioni di tonnellate** di cibo, equivalenti al 17% circa di tutto quello disponibile per la popolazione mondiale. Stiamo letteralmente **divorando** il nostro pianeta e dobbiamo imparare a rispettare le risorse che ci dona perché, come sappiamo, non sono infinite.



Impariamo ad amare e a rispettare la nostra casa, se in futuro vogliamo averne ancora una....