



CARTELLA STAMPA



GELATO DAY. 24 MARZO 2019

INDICE

Gelato Day 2019	...pag. 3
Il gusto dell'anno	...pag. 4
La storia del Gelato Day	...pag. 6
Gli ideatori	...pag. 7
I partner	...pag. 8
La storia del gelato artigianale	...pag. 9
Un po' di numeri	
• Il gelato in Europa	...pag. 10
• La filiera del gelato artigianale	...pag. 11
• Per riassumere: i numeri in breve	...pag. 12
Il gelato che fa bene	...pag. 13



GELATO DAY 2019

Parla la lingua universale della dolcezza, ma declina i suoi messaggi con “accenti” diversi a ogni latitudine. Ha mille volti, ma un’identità autentica e indistinguibile. Pare abbia molti secoli – finanche millenni! – sulle spalle, eppure riesce a essere sempre giovane e fresco. È il gelato artigianale: l’unico dolce capace di far battere il cuore a grandi e piccini in ogni parte del globo. E il **24 marzo 2019** sono

tutti pronti a festeggiarlo con la **7° edizione del “Gelato Day”**, la giornata internazionale del gelato artigianale voluta dall’**Unione Europea** per contribuire alla valorizzazione di questo prodotto, alla promozione del sapere artigiano e allo sviluppo della tradizione gastronomica del settore.

La giornata sarà celebrata in contemporanea in tutti i Paesi europei, anche se i mastri gelatieri potranno scegliere di estendere i festeggiamenti anche in altre giornate. Quella del “Gelato Day” è per loro un’occasione unica per comunicare i pregi e le virtù

delle produzioni artigianali, da sempre espressione di qualità, di autenticità e di territorialità. Tutti, infatti, hanno una gelateria del cuore in cui, accanto ai grandi classici, sanno di poter ritrovare **ricette uniche e creative** che molto spesso hanno per protagonisti proprio gli ingredienti del territorio.

Peculiarità del “Gelato Day” è il **“Gusto dell’Anno”**. Dopo aver omaggiato la tradizione tedesca con la *German Black Forest*, ovvero il cioccolato variegato all’amarena, gusto dell’anno 2018, per l’edizione 2019 è stata l’Italia ad avanzare la sua proposta attraverso G.A. – Gelato Artigianale, Comitato per la difesa del gelato artigianale, e si è stabilito che il protagonista dell’edizione 2019 sarà il **Tiramisù**. Gli “assaggiatori golosi” potranno ritrovare questo gusto speciale in tutte le gelaterie d’Europa aderenti al “Gelato Day”.

E non solo coni e coppette: per diffondere la cultura del gelato artigianale, anche quest’anno saranno organizzate tante **iniziative ed eventi** (concorsi, promozioni coordinate tra gelatieri della stessa zona, contest a tema, masterclass per bambini e insegnanti dedicate alla lavorazione del gelato e alle sue proprietà, manifestazioni), molte delle quali viaggeranno anche attraverso il web e i social network grazie alla pagina www.gelato-day.it e agli account ufficiali del Gelato Day su Twitter e Facebook (www.facebook.com/24MarzoGelatoDay).

Del resto, non c’è niente di meglio che condividere un ottimo **gelato artigianale: l’unico prodotto capace di mettere d’accordo tutti i popoli del mondo.**

IL GUSTO DELL'ANNO: IL TIRAMISÙ

Il gusto dell'anno per il Gelato Day 2019 è il **Tiramisù**. Il gelato trae ispirazione dal famosissimo dolce, tra i più rappresentativi della tradizione italiana. Si pensi che "Tiramisù" è la quinta parola della cucina italiana più conosciuta all'estero, la prima per i dolci, ed è presente nel vocabolario comune di 23 lingue diverse. La parola "Tiramisù", in particolare, deriva dal dialetto trevigiano "Tireme su" che stava a indicare il concetto di "risollevarlo il corpo dalle fatiche".

Non è facile però attribuirne la paternità: c'è chi sostiene sia nato in Toscana, precisamente a Siena, chi lo colloca in Emilia, chi ancora a Torino, ma la contesa più "agguerrita" è sicuramente tra **Veneto** e **Friuli-Venezia Giulia**, tanto che anche di recente ci sono state vere e proprie levate di scudi per certificarne l'origine. La tesi a favore del Veneto racconta che il tiramisù sia nato verso la fine degli anni '60 presso il ristorante "Alle Beccherie" su intuizione del pasticciere Roberto "Loly" Linguanotto. Ma nel momento in cui il Veneto ha dichiarato di voler avviare la pratica per il riconoscimento della tipicità territoriale del dolce, il Friuli, con i comuni di Tolmezzo (UD) e di Pieris di San Canzian d'Isonzo (Go), è salito sulle barricate. I cittadini di Tolmezzo hanno sostenuto che il dessert sia stato inventato nell'albergo "Roma" gestito da Norma Pielli assieme al marito Giuseppe "Beppino" Del Fabbro. Nel ristorante dell'albergo veniva servito il "Dolce Torino" di pellegrino Artusi a base di savoiardi, burro, cioccolato, rosso d'uovo e latte e sarebbe stata proprio la signora Pielli nel 1951 a decidere di modificare la ricetta sostituendo il mascarpone al burro e inzuppando i savoiardi nel caffè amaro. La provincia di Gorizia, invece, sostiene che a inventare il tiramisù sia stato Mario Consolo, inventore del "Vetturino", dolce con cioccolato e zabaglione, la cui ricetta veniva proposta fin dagli anni '40 con tanto di registrazione notarile. Nell'annosa diatriba, per ora l'unica parola certa è quella pronunciata dalla delegazione dell'Accademia Italiana della Cucina che ha sancito la nascita del famoso dolce nel ristorante trevigiano "Alle Beccherie".

Non ci sono dubbi, invece, sui suoi ingredienti primari:

- mascarpone: crema di latte,
- savoiardi: biscotti semplici ma dal gusto regale,
- caffè: la bevanda più conosciuta e consumata al mondo,
- cacao: il frutto degli Dei,
- uova: un alimento completo,
- zucchero: dalla Polinesia al mondo.



Un gusto semplice, dunque, ma di straordinario carattere, che ispirandosi a una delle perle della pasticceria italiana, regala un gelato indimenticabile. E in occasione del Gelato Day 2019, sarà protagonista in tutte le gelaterie che aderiranno alla Giornata. Una festa europea ma dal cuore

italiano per valorizzare le competenze artigianali dei maestri gelatieri e regalare un momento di dolcezza a tutti gli “assaggiatori golosi” d’Italia e del mondo.

LA RICETTA UFFICIALE

La ricetta ufficiale per il Gelato Day 2019 è firmata da **Thomas Infanti**, il giovanissimo gelatiere che ha vinto la «**Gelato Tiramisù Italian Cup**» disputatasi in occasione della **59° Mostra Internazionale del Gelato**.

Appena ventunenne, Infanti lavora presso la Gelateria “Le Antiche Tentazioni” di Selvazzano Dentro (PD) dal 2015 e ha vinto sfidando 12 suoi colleghi nella preparazione di una vaschetta a base tiramisù. A giudicare le preparazioni è stata una giuria composta da **11 esperti di arte gelatiera**: Henri Tavolieri, vicepresidente Artglace; Georges Streibel, Segretario Associazione Gelatieri Belgio; Emanuela Balestrino, giornalista (Pasticceria Internazionale); Adriano Colle, Accademia Gelateria Italiana (DE); Gianni Minuzzo, docente di Analisi sensoriali; Lorenzo Zambonin dei Gelatieri Artigiani del Triveneto; Riccardo Talamini, presidente Ital (Olanda); Giorgio Venudo, delegato per i Gelatieri di Confartigianato Nazionale Dolciari, e Guido Zandonà che ha giudicato le capacità tecniche dei gelatieri alla mattina. Inoltre, in giuria erano presenti anche: **Andrea Ciolella e Francesca Piovesana, campioni della “Tiramisù World Cup” 2017/2018**, Ciolella per la preparazione classica e Piovesana per la preparazione più innovativa.



Formatosi alla Scuola Alberghiera di E. Reffo di Tonezza del Cimone (VI), Infanti si era già distinto nel 2017 per aver vinto il contest per «Il Gusto dell’Anno» in Italia con il gusto intitolato «Dolci Armonie», realizzato con ricotta vaccina, miele d’arancio e pistacchio. Conferma dunque anche questa volta il suo talento nell’arte del gelato, riconosciuto anche dalla **giuria composta dai visitatori** della MIG presso lo stand di Artglace che hanno proclamato **Gusto d’Europa** il suo Gelato Tiramisù.

LA STORIA DEL GELATO DAY



La Giornata Europea del Gelato Artigianale o “Gelato Day”, che dal 2013 si festeggia il 24 marzo di ogni anno, nasce nel 2008 da un’idea di Longarone Fiere e Artglace. L’idea prende concretamente forma nel 2009 con la presentazione ufficiale al Parlamento di Strasburgo da parte dell’On. Iles Braghetto, coinvolto nell’operazione dal presidente Giovanni De Lorenzi e dal direttore di Longarone Fiere, Paolo Garna, e grazie all’impegno del Presidente di Artglace, José Luis Gisbert Valls.

Nonostante un primo tentativo fallimentare in quanto non si raggiungono le firme necessarie (metà più uno) dei Parlamentari europei, gli ideatori del “Gelato Day” non si perdono d’animo e coinvolgono altri sostenitori come l’On. Giancarlo Scottà e l’On. Antonio Cancian che a loro volta promuoveranno l’iniziativa tra altri colleghi. Così, nel 2012 sono cinque gli Europarlamentari – e non solo italiani! - che presentano la richiesta ufficiale per l’istituzione della Giornata Europea del Gelato Artigianale: Sergio Silvestris e Paolo De Castro (Italia), Eva Ortiz Vilella (Spagna), Ewald Stadler e Andreas Molzer (Austria). Il **5 luglio 2012**, finalmente, viene raggiunto il quorum con 387 voti favorevoli e il **Parlamento Europeo istituisce ufficialmente la “Giornata Europea del Gelato Artigianale”** sottolineando, tra le motivazioni, che:

“Tra i prodotti lattiero-caseari freschi, il gelato artigianale rappresenta l’eccellenza in termini di qualità e sicurezza alimentare, valorizzando i prodotti agro-alimentari di ogni singolo Stato membro”.

Dal 2010 al 2012 l’organizzazione dell’evento viene gestita da Artglace, nella persona di Fausto Bortolot, che con grande competenza e caparbietà riesce a fronteggiare tutti gli ostacoli burocratici e le regole imposte per consentire una degustazione di gelato artigianale, a cui partecipano numerosi parlamentari, all’interno del Parlamento Europeo.

Il traguardo raggiunto è importantissimo: il **“Gelato Day”** è l’unica **“Giornata”** che il Parlamento europeo ha finora dedicato ad un alimento, patrimonio di tutti i gelatieri e dell’intera filiera.

GLI IDEATORI



LONGARONE FIERE, IL POLO FIERISTICO DELLE DOLOMITI. Belluno è nota a livello internazionale per essere sede delle più affermate occhialerie; ma è anche il territorio delle Dolomiti, dove il turismo continua a recitare una parte rilevante come motore dell'economia locale. Nel quadro di questa realtà socioeconomica s'inserisce, come centro promozionale e vetrina delle iniziative imprenditoriali, l'attività di Longarone Fiere Dolomiti: iniziò nel 1959, quando si tenne la prima edizione della Mostra Internazionale del Gelato Artigianale, e si è sviluppata poi coinvolgendo negli anni anche altri settori

economici: dall'arredamento all'agricoltura ed al comparto forestale, dalle attività turistiche e di tempo libero allo sport e all'agroalimentare.

Longarone Fiere Dolomiti si presenta oggi, per le tematiche che propone, come un punto di incontro molto funzionale all'interscambio commerciale con l'area dolomitica ed il Nord-Est italiano. In quest'area è uno dei più attivi strumenti di promozione e di collaborazione economica, anche con riferimento alle vicine Austria e Germania. La presenza alle rassegne di aziende provenienti da questi mercati è infatti sempre più costante e numerosa, soprattutto per quanto riguarda gli operatori dei settori della gelateria, dell'artigianato e della gestione forestale.

<http://www.longaronefiere.it>

ARTGLACE - Confédération des Associations des Artisans Glaciers de la Communauté Européenne è l'organo di rappresentanza dei gelatieri artigianali europei. La confederazione ha carattere internazionale, autonomo e indipendente, apolitico e apartitico e non ha scopo di lucro. ARTGLACE riunisce le associazioni dei gelatieri artigiani di 7 paesi della Comunità Europea: Austria, Belgio, Francia, Germania, Italia, Olanda e Spagna.

<http://www.artglace.com/>



I PARTNER



ACOMAG - Associazione Nazionale Costruttori Macchine Arredamenti Attrezzature per Gelato non ha scopo di lucro e persegue la finalità di rappresentare e tutelare gli interessi della categoria e delle imprese aderenti nei confronti delle istituzioni e amministrazioni pubbliche, nonché delle organizzazioni economiche, politiche, sociali e culturali, sia in Italia che all'Estero. L'Associazione, come impegno prioritario, riunisce tutte le forze degli associati in una azione di promozione, difesa e sviluppo del Gelato di qualità. <http://www.acomag.it/>



Con 109 Associazioni territoriali, 21 Federazioni regionali, 12 Federazioni di categoria e 44 Associazioni di mestiere, **Confartigianato Imprese** è la più grande rete europea di rappresentanza degli interessi e di erogazione di servizi all'artigianato e alle piccole imprese. Nelle 1.215 sedi di Confartigianato Imprese in tutta Italia, 10.700 persone lavorano al servizio di oltre 1,5 milioni di imprenditori artigiani con 3 milioni di addetti. Ai professionisti di pasticceria, gelateria, cioccolateria e torroni, sono dedicati i servizi di Confartigianato Dolciaria, che lavora per tutelare e valorizzare la qualità delle produzioni artigianali in Italia. Tra le ultime iniziative, il software PRIMO LABEL, per aiutare le imprese ad ottemperare al Regolamento UE 1169/2011, e la proposta di legge regionale per definire i requisiti del gelato artigianale di qualità. <https://www.confartigianato.it/>



SIGEP, Salone Internazionale di Gelateria, Pasticceria, Panificazione Artigianali e Caffè di Italian Exhibition Group, terrà la sua 41esima edizione alla fiera di Rimini dal 18 al 22 gennaio 2020. È una rassegna straordinaria, dedicata esclusivamente ai professionisti (quest'anno con oltre 200.000 presenze complessive, di cui 32.848 buyers esteri provenienti da 185 Paesi), che anticipa tendenze ed innovazioni delle 5 filiere in esposizione. 129.000 metri quadri della miglior offerta internazionale in quanto a materie prime, ingredienti, tecnologie e attrezzature, arredamento e servizi. Uno show che premia le eccellenze mondiali, presenta nuovi format, sviluppa il networking globale e fa crescere il business di imprese e professionisti. <https://www.sigep.it/>



qualità, gusto e piacere.

UIF - Unione Italiana Food è la più grande associazione di categoria dell'industria alimentare nell'Unione Europea e raggruppa piccole, medie e grandi imprese produttrici di beni alimentari presenti in Italia. Nata nel gennaio 2019 dalla fusione di Aidepi (Associazione delle Industrie del Dolce e della Pasta Italiane) e Aiipa (Associazione Italiana Industrie Prodotti Alimentari). Rappresenta 450 imprese, di oltre venti settori merceologici, che danno lavoro a 65.000 persone e sviluppano un fatturato di oltre 35 miliardi di euro, di cui 10 miliardi di export. Aderiscono a UIF - Gruppo Prodotti per Gelato, i principali produttori italiani di ingredienti composti per gelato, che totalizzano nel loro insieme un fatturato di 650 milioni di euro, pari all'80 per cento dell'intero fatturato del settore degli ingredienti per gelato artigianale. <http://www.unioneitalianafood.it/>

LA STORIA DEL GELATO ARTIGIANALE

La leggenda narra che si consumassero bevande con ghiaccio o neve già nell'antico Egitto e che sia stata rinvenuta la prima coppetta da gelato finanche all'interno di una tomba circa del 2.700 a.C. Ma c'è anche chi sostiene che la paternità del gelato artigianale vada attribuita agli antichi romani che si distinsero con la loro "*nivatae potiones*", una sorta di dessert freddo. Dall'altra parte del mondo, in Cina, durante la Dinastia Tang si beveva una bevanda al latte (di capra, mucca o bufala) cotta con farina e canfora e messa in contenitori di ferro sotto neve o ghiaccio. Allo stesso modo, gli arabi preparavano bevande fredde con ciliegie, cotogne e melograni, tanto che la parola "sorbetto" proviene dal turco "*sherbet*" - bevanda fresca - e dall'arabo "*sharab*" - sorbire, bere. Nel continente americano, invece, il primo gelato sarebbe nato in Ecuador dove veniva creato mescolando ghiaccio, neve, succhi di frutta e latte in un grande paiolo chiamato "*paila*".

In realtà, però, bisogna aspettare il Cinquecento e tornare in Italia per assistere al vero trionfo di questo alimento. È Firenze, infatti, a rivendicare l'**invenzione del gelato moderno** che per primo utilizza il latte, la panna e le uova. La paternità andrebbe a un architetto: **Bernardo Buontalenti**. Egli

creò il primo dessert ghiacciato offerto da Cosimo I de' Medici nel 1559 a Carlo V, re di Spagna, per una festa di inaugurazione di Forte Belvedere. Il dolce si presentava come una crema fredda a base di latte, miele, tuorlo d'uovo e un tocco di vino, aromatizzata con bergamotto, limoni e arance: la base della più nota "crema Fiorentina" o del "gelato Buontalenti" che ancora oggi si può gustare in tutte le migliori gelaterie di Firenze.

Ma la storia moderna di questo goloso alimento comincia ufficialmente quando l'italiano **Filippo Lenzi**, alla fine del XVIII secolo, apre la sua prima gelateria in terra americana. In pochissimo tempo il gelato diventa una vera e propria mania tanto che lo stesso George Washington pare lo usasse in molte feste e riunioni. Ed è sempre in America, per mano di un italiano, che nel 1903 viene brevettato il primo cono gelato a opera di Italo Marchioni che, emigrato a New York, cominciò a vendere le prime coppette di gelato in cialda.

Il resto è storia. Una storia che non conosce crisi. Perché il **gelato artigianale**, alimento gustoso, igienicamente impeccabile, con ottime proprietà nutrizionali in una gamma infinita di varianti e gusti sempre nuovi, non smette mai di affascinare, generazione dopo generazione.



UN PO' DI NUMERI (1)

IL GELATO IN EUROPA

Il gelato artigianale può contare su una geografia molto ampia, in cui l'Europa è protagonista. Le gelaterie sono infatti presenti **in 76 Paesi, di tutti i continenti**, con l'Europa però in prima fila: i principali mercati del nostro continente per presenza di gelaterie e per consumi di gelato artigianale sono Italia, Germania, Spagna e Polonia, ma importante è la presenza anche in altri paesi, dall'Austria alla Francia, dal Belgio all'Olanda. E la sua diffusione è sempre più ampia anche nei mercati dell'Europa dell'Est.



In Europa, le vendite di gelato hanno raggiunto i **9 miliardi di euro**, pari al 60% del mercato mondiale, con una crescita media annua del 4 % e un numero di addetti pari a 300.000. In **Italia**, che storicamente detiene la leadership mondiale, sono presenti circa 39.000 gelaterie (10.000 specializzate e 29.000 bar e pasticcerie con gelato artigianale) che danno lavoro a circa 150.000 addetti e realizzano un fatturato di 2,7 miliardi di euro, pari a quasi il 30% del mercato europeo. In **Germania** si contano invece 9.000 gelaterie (di cui 3.300 sono gelaterie pure): di queste, circa la metà (4.500) sono gelaterie di proprietà di italiani, che danno lavoro a oltre 20.000 persone di cui la metà di origine italiana. Le gelaterie stagionali sono 2.200 e, se un tempo la stagione andava da marzo ad ottobre, oggi i tempi si sono allungati: una stagione va da 9 a 10 mesi e già da febbraio viene reclutato il personale per tutta la stagione. Importanti anche i numeri delle gelaterie artigianali presenti in **Spagna** (2.000), **Polonia** (1.800), **Inghilterra** (1.000) e **Austria** (900), a cui seguono **Grecia** (650) e **Francia** (400).



Per quanto riguarda il **resto mondo**, esclusa l'Europa, nel 2016 si contano circa 40.000 gelaterie, con in testa mercati quali Argentina, Stati Uniti, Brasile, e si registra una crescente importanza nei mercati del lontano oriente quali Cina, Corea, Malesia e in Australia, dove una forte presenza di cittadini di origine italiana ha portato a una grande diffusione del gelato prodotto con metodi artigianali. Guardando al fatturato, poi, l'Osservatorio Sigep ha stimato che a livello mondiale la vendita di gelato artigianale nel 2016 abbia superato per la prima volta i 15 miliardi di euro.

LA FILIERA DEL GELATO ARTIGIANALE



A determinare un successo di così vasta portata è la capacità dimostrata dalla filiera italiana del gelato artigianale nel saper coniugare la tradizione con l'innovazione, la creatività con la tecnica, gli ingredienti di qualità con le attrezzature di ultima generazione. Senza dimenticare il ruolo svolto dalle fiere di settore e dalle scuole di formazione, che negli anni hanno accolto migliaia di potenziali gelatieri.

Ma oltre che per fatturato e numero di gelaterie, l'Italia è leader mondiale anche nel settore degli ingredienti e dei

semilavorati per gelato, in cui, sempre secondo l'Osservatorio Sigep, nel 2017, operano **45 imprese che generano un fatturato complessivo di 1,4 miliardi di euro**, di cui 600 milioni di semilavorati per gelato. La gamma dei loro prodotti è ampia e va dalle basi, ai concentrati di frutta fresca passando per le paste di semi oleosi (come nocciola o pistacchio) e per le guarnizioni.

Da un'analisi di Coldiretti su dati Eurostat (2017) emerge come sia molto forte anche **l'impatto della filiera sugli acquisti di prodotti agroalimentari**: circa 220 mila tonnellate di latte, 64 mila tonnellate di zuccheri, 21 mila tonnellate di frutta fresca e 29 mila tonnellate di altre materie prime, spesso riguardanti piccole eccellenze agricole italiane come il pistacchio di Bronte, la nocciola piemontese, la mandorla siciliana o i limoni di Sorrento.

Infine, **l'Italia è leader mondiale nel settore della produzione delle macchine e delle vetrine per le gelaterie**. Si tratta di un sistema industriale che conta 13 imprese di macchinari che controllano quasi il 90% del mercato mondiale con un fatturato di 229 milioni di euro, a cui si aggiungono 11 aziende di vetrine per un fatturato di 252 milioni di euro.



I NUMERI IN BREVE

100.000: gelaterie aperte in tutto il mondo

60.000: gelaterie aperte in Europa

15 miliardi di euro: fatturato mondiale nel 2016

9 miliardi di euro: fatturato in Europa nel 2016, pari al 60% del mercato mondiale

4%: crescita media annua del mercato europeo tra il 2013 e il 2017

300.000: addetti in Europa

150.000: addetti in Italia

39.000: gelaterie aperte in Italia

9.000: gelaterie aperte in Germania

2.000: gelaterie aperte in Spagna

1.800: gelaterie aperte in Polonia

1.000: gelaterie aperte in Inghilterra

900: gelaterie aperte in Austria

650: gelaterie aperte in Grecia

400: gelaterie aperte in Francia

4,48 miliardi di euro: volume d'affari della filiera del gelato artigianale made in Italy

2,7 miliardi di euro: valore dei gelati venduti in Italia nel 2017 (pari al 30% del mercato europeo)

+10%: crescita dei consumi del gelato artigianale nel 2017

481 milioni di euro: fatturato dell'industria delle macchine e degli arredi per la gelateria

90%: quota di mercato mondiale detenuta dai produttori italiani di macchine per il gelato

24: le aziende specializzate in macchine e arredi per la gelateria

600 milioni di euro: fatturato dell'industria degli ingredienti e dei semilavorati

45: le aziende specializzate in ingredienti e semilavorati con un fatturato da 1,4 miliardi di euro

125.000 euro: export generato per l'Italia da ogni gelateria avviata all'estero

Roma: città "regina del gelato" con 1.400 gelaterie specializzate e 4.200 addetti

⁽¹⁾ Fonti: Acomag, AIIPA, Coldiretti, Confartigianato, Osservatorio Sigep, Uniteis e.V. - Unione dei Gelatieri Italiani in Germania.

IL GELATO... CHE FA BENE

Buono, ma anche nutriente. Dolce, ma anche salutare. Il gelato artigianale è uno dei pochi dessert che può essere considerato a tutti gli effetti **un alimento equilibrato e ben bilanciato**. Proteine, grassi, zuccheri e carboidrati sono perfettamente proporzionati. Se parliamo del gelato cremoso, in particolare, gli ingredienti di base sono latte, panna, grassi vegetali, zucchero, a volte uova. A completamento: caffè, cacao, frutta a guscio (noci, nocciole, pistacchi, castagne) o spezie, come la cannella. In 100 g di gelato al cioccolato, ad esempio, sono presenti: 4,3 g di proteine, 8,1 g di lipidi, 2,3 g di fibra, 23,6 g di zuccheri totali. E anche nella versione alla frutta il gelato è ricco di sostanze nutritive. E oltre a essere nutriente, **è un alimento a indice glicemico basso**, ciò vuol dire che consente di evitare i picchi dell'insulina e fa sentire sazi più a lungo. Le cellule assorbono lentamente il glucosio e lo utilizzano per ricavare energia, trasformandolo in grassi.

Nello specifico, i nutrienti del gelato sono:

- **ACQUA:** la percentuale di acqua fornita varia dal 35 al 70% circa, aspetto che rende il gelato un alimento ottimo anche per chi fa sport e deve reintegrare le perdite di liquidi dovute al sudore;
- **PROTEINE:** sono tutte di alto valore biologico e fornite principalmente da latte, panna, uova e frutta secca;
- **GRASSI:** derivati da latte, panna e uova. Nei gelati con frutta secca sono presenti i polinsaturi, di cui questi frutti sono ricchi;
- **ZUCCHERI:** nei gelati a base di crema, è presente il lattosio mentre nei gelati alla frutta, troviamo il fruttosio. Rapidamente assorbiti, questi zuccheri sono pronti fornitori di energia;
- **MICRONUTRIENTI:** nel gelato artigianale sono presenti anche vitamine e sali minerali: vitamina A, C ed E (dalla frutta, anche secca), potassio (fortemente presente nelle banane), vitamine del gruppo B (uova), calcio, fosforo, vitamina D (in latte e panna). Ingredienti come cacao e caffè forniscono anche gli antiossidanti specifici (flavonoidi e acidi clorogenici);
- **FIBRE e AMIDI:** le fibre sono nutrienti fornite dalla frutta secca mentre gli amidi si ritrovano in cialde e biscotti.



Il gelato, soprattutto se alla frutta o sotto forma di sorbetto, ha una densità calorica inferiore a quella di altri dolci. Ecco perché è perfetto come merenda o spuntino anche per i bambini. Calibrare la quantità e il tipo di gelato da assumere, secondo le occasioni di consumo e le singole esigenze, è il miglior modo per beneficiare appieno di tutte le virtù di questo **alimento completo, sano e genuino**,



tanto che c'è finanche chi ha creato il **“Gelato della salute”**. La scoperta porta il nome del cardiologo dell'Università di Tor Vergata a Roma, Valerio Sanguigni. Il professore ha brevettato un gelato al gusto di cacao, nocciola e tè verde, chiamato **Powellnux**, con un'alta concentrazione di antiossidanti, idoneo alla salute di giovani e anziani. Sono stati fatti numerosi test per validare la sua intuizione e i risultati sono stati pubblicati sulla rivista scientifica *Nutrition*. «Si ritiene che la formazione di radicali liberi – si legge sulla rivista – contribuisca a molte malattie. E i polifenoli si sono dimostrati efficaci per combatterli». Due ore dopo aver consumato il gelato, infatti, «i polifenoli nel sangue sono significativamente aumentati, così come l'ossido nitrico. Quest'ultimo – spiega il medico – ha un effetto positivo sulla capacità dei vasi sanguigni di dilatarsi». E a migliorare è anche il microcircolo: «un indicatore dell'ossigenazione dei tessuti» - aggiunge Sanguigni. Un articolo scientifico, dunque, dimostra come il gelato, con determinate caratteristiche e ingredienti, possa avere effetti benefici su salute e performance fisica.

Sempre più piede prendono anche i cosiddetti **“gelati funzionali”**, caratterizzati da ingredienti con proprietà benefiche per l'organismo. Nati da una ricerca dei gelatieri dell'**Associazione “Maestri della Gelateria Italiana”**, i gelati funzionali sono prodotti impiegando, insieme alle materie prime di base, ingredienti autorizzati da organismi di certificazione europea con **comprovate caratteristiche benefiche**, come fibre, prodotti probiotici e prebiotici, o specifiche erbe officinali. Si ottengono così gelati dalle qualità nascoste, studiati per facilitare la riduzione del carico glicemico o del colesterolo, per contribuire al rafforzamento delle difese o all'assunzione di omega 3 e 6, oppure gusti a base di latte fermentato o sorbetti a base di cioccolato, ricchi di flavonoidi e a basso contenuto calorico. Il notevole e continuo impegno tecnico- scientifico portato avanti dai Maestri ha permesso così di elevare il prodotto “gelato artigianale tradizionale” ad **“ALIMENTO tradizionale artigianale evoluto”**, con **sempre meno zuccheri e sempre più fibre**.

Il tutto senza assolutamente rinunciare al gusto e con un occhio





attento alle **materie prime locali**. Come il Caprino bergamasco del Maestro gelatiere Candida Pelizzoli, lo Yogurt km zero del Maestro Giampaolo Cianuri, il sorbetto alle More di rovo del Maestro Gian Michele Pasa e il sorbetto Prugne con noci del Maestro Gianni Toldo. La Noce Feltrina è stata scelta come fonte di zuccheri e fibra dal Maestro Piero Salomone, il vino passito come fonte di zuccheri e potere anticongelante del Recioto di Soave dal Maestro Arnaldo Conforto. C'è invece solo il 10% di zuccheri nel gusto Cioccolato del Maestro Stefano Venier, mentre il Gianduia del Maestro

Ronald Tellini ha un basso indice glicemico. Il Maestro Claudia Urbinati unisce tradizione e chimica nel suo "bostrengo", dolce antico a base di pane raffermo e riso lessato che sfrutta le proprietà di retrogradazione dell'amido dovute alle basse temperature per aumentare il contenuto di fibra e ridurre il carico glicemico. A basso carico glicemico, per riduzione degli zuccheri e aumento di fibre, addirittura anche il "torrone consapevole" del Maestro Stephane Buosi e il sorbetto Mandorla mandarino del Maestro siciliano Placido Prestipino così come anche il gusto Rosa Tiepolo del Maestro Franco Di Benedetto.

Infine, **il gelato fa bene all'umore**. Anche questo è un aspetto dimostrato da diversi studi tra cui quello condotto dagli esperti dell'Institute of Psychiatry di Londra: mangiando il gelato, si innesca nel cervello un meccanismo di ricompensa molto simile a quello che si ottiene nel momento in cui si ascolta la propria musica preferita. I gusti caffè e tiramisù servirebbero per ricaricarsi, amarena e pistacchio per rilassarsi, il cioccolato per contrastare i momenti di tristezza. E secondo l'Università di Amsterdam, mangiare un delizioso gelato influenzerebbe anche l'espressione del viso donando una sensazione immediata di gioia.





GELATO DAY. 24 MARZO 2019

www.gelato-day.it

UFFICIO STAMPA

ITACA PRESS

Emanuela Capitanio. Cell. 347 4319334

Alessandra Perrucchini. Cell. 340 4212323

press@dscitalia.net