



Comunicato stampa

24-11-25

GORGONZOLA DOP, FORMAGGIO A BASSO CONTENUTO DI SALE

Il sale, scientificamente noto come “**cloruro di sodio**”, è un alimento a cui prestare attenzione nell'alimentazione quotidiana. Un suo consumo eccessivo, infatti, può aumentare la pressione arteriosa e favorire la ritenzione idrica. Il quantitativo medio giornaliero consigliato dai nutrizionisti non dovrebbe mai superare i 5g, incluso quello già presente negli alimenti.

Per valutare la presenza di sale ci si affida spesso alla percezione sensoriale che, tuttavia, può ingannare. Il Gorgonzola, soprattutto quello piccante, ad esempio, può sembrare un alimento molto salato, ma bisogna tenere presente che ciò è dovuto alla presenza delle muffe tipiche di questo goloso formaggio. **Il contenuto di sale nel Gorgonzola Dop può variare, ma in media si attesta intorno a 1,6 g per 100 grammi di prodotto**, secondo la tabella nutrizionale CREA (*Consiglio per la ricerca in agricoltura e l'analisi dell'economia agraria*).

100 grammi di Gorgonzola DOP contengono:	
Energia	1299 KJ / 314Kcal
Grassi	27 g
di cui:	
Acidi grassi saturi	19 g
Acidi grassi monoinsaturi	6,1 g
Acidi grassi polisaturi	0,7 g
Carboidrati	0 g
di cui Zuccheri	0 g
Proteine	18 g
Sale	1,6 g
Calcio	530 mg – 66 %
Fosforo	280 mg – 40 %

Ma come viene introdotto il sale nel Gorgonzola? Bisogna sapere, innanzitutto, che il procedimento di produzione di questo formaggio Dop prevede ancora oggi un forte intervento manuale e la “salatura” è proprio una delle fasi che si fa rigorosamente a mano.

Per ottenere una forma di Gorgonzola Dop (12 kg ca.) occorre circa un quintale di **latte vaccino, intero pastorizzato**, a cui si aggiungono fermenti lattici, caglio e spore di penicilli. Niente sale, dunque, in questa prima fase. A coagulazione avvenuta la cagliata viene lasciata riposare per permettere la perdita di siero. Successivamente le forme vengono girate manualmente e marchiate su entrambe le facce con il numero identificativo del caseificio di produzione, quindi vengono spostate in celle con una temperatura di 18/24°C dove vengono **salate sulla superficie**. Dopo 3 settimane circa di stagionatura ha luogo la foratura con grossi aghi metallici che permette all'aria di entrare nella pasta e di sviluppare le colture già innestate nella cagliata e dare così vita alle inconfondibili venature blu-verdi del Gorgonzola Dop.

Il gusto e l'aroma unici del Gorgonzola non sono, dunque, da imputare al contenuto di sale e hanno anche il vantaggio di provocare l'attivazione sensoriale che stimola la secrezione di bile e di succo pancreatico favorendo la digestione dei grassi e delle proteine.

Per saperne di più sul metodo di produzione guarda il video girato in caseificio:

https://www.youtube.com/watch?v=V5QP_Yqajus&t=3s

CONSORZIO PER LA TUTELA DEL FORMAGGIO GORGONZOLA

Via Andrea Costa, 5/c – 28100 NOVARA

UFFICIO STAMPA: Manuela Adinolfi +39.349.6344593

ufficiostampa@gorgonzola.com

Gorgonzola.com