

# carni italiane: buone e di qualità certificata

*Filiere controllate, consorzi di tutela, marchi **Dop** e Igp, alimentazione naturale, allevamenti allo stato brado: sono solo alcune delle caratteristiche che si riferiscono alle più pregiate carni italiane, alimenti di autentico valore aggiunto.*



**I**l rapporto tra uomo e carne pareva essersi incrinato alcuni anni or sono quando, sotto la spinta di mode alimentari improvvisate e scorrette, il consumo di carne fu bollato come "innaturale" e dannoso alla salute. Fortunatamente la disinformazione alimentare di qualche tempo fa sta lasciando spazio ad un rinnovato interesse generale verso la corretta nutrizione; grazie a questo la carne sta recuperando la dignità perduta ed anche i suoi consumi stanno ritornando su livelli tradizionali. Secondo una recente ricerca dell'IN-RAN (Istituto Nazionale di Ricerca per gli Alimenti e la nutrizione) "La carne bovina nella gastronomia italiana", emergono dei dati interessanti per sfatare alcuni pregiudizi nei confronti della carne rossa, pregiudizi che in realtà si riferiscono ad un prodotto che ormai non esiste più sulle nostre

tavole. Negli ultimi 20 anni la composizione nutrizionale della carne è profondamente cambiata, soprattutto per quanto riguarda il contenuto in grassi: i lipidi presenti nei diversi tagli di carne bovina e suina si sono dimezzati, questo grazie ad un'alimentazione animale sempre più controllata e rispettosa delle esigenze naturali, oltre a sistemi di allevamento improntati al massimo benessere degli animali. Come sottolinea Asso-carni, la carne offerta oggi al consumatore è un prodotto ancora più magro, con un elevato valore biologico, in grado di rispondere perfettamente alle moderne esigenze nutrizionali che la rendono insostituibile nell'alimentazione, soprattutto in alcune specifiche fasce d'età. Nella dieta umana la presenza della carne ha una innegabile base naturale, dimostrata dal fatto che i nostri

progenitori, vissuti nell'era paleolitica, quando non esisteva ancora l'agricoltura, si cibavano di grandi quantità di carne senza che la loro dieta risultasse squilibrata. Anzi la dieta dell'uomo delle caverne, analizzata dalla moderna scienza della nutrizione, è stata giudicata equilibrata e priva di errori, al contrario di quello che accade sempre più di frequente nelle zone del mondo ricche e sviluppate. La corretta nutrizione dei nostri antenati era resa possibile, oltre che dalla carne che forniva proteine di ottima qualità e una giusta miscela di grassi saturi e insaturi, dal consumo di carboidrati complessi, da molta fibra e da pochissimo sodio.

### **"La carne fa carne"**

Spesso nei detti popolari sono contenute, come in questo caso, delle verità innegabili. Infatti la carne (intesa

come la parte muscolare degli animali da macello, degli avicoli, dei conigli e della selvaggina) è da considerarsi senza alcun dubbio uno degli alimenti più importanti in assoluto. In base ai dati forniti dall'INRAN (Istituto Nazionale Ricerca Alimenti e Nutrizione) andiamo a scoprire la sua composizione.

Gli elementi nutritivi contenuti nelle carni possono variare molto in funzione dell'età e della specie dell'animale. Quelli che variano maggiormente sono la quantità di **acqua** e di grasso. La prima, in animali giovani e magri come il vitello, arriva quasi all'80% del peso corporeo, mentre in animali come l'oca scende al di sotto del 50%. Il contenuto di **grasso** varia invece da livelli bassissimi (sotto l'1% quella del coniglio magro e del petto di faraona), al 20% del maiale grasso e fino al 34% dell'oca. Ma l'elemento fondamentale della carne è la sua quota **proteica**. Presenti nei vari animali in una quantità pressoché costante (19-21 grammi per ogni etto), le proteine della carne hanno un **alto valore biologico**, perché contengono in una proporzione bilanciata tutti gli amminoacidi indispensabili alla formazione, all'accrescimento e al mantenimento del nostro organismo, compresi alcuni (come lisina e triptofano) che

sono spesso carenti nelle proteine di origine vegetale. Inoltre, la carne contiene un buon quantitativo di **ferro** (in una forma che viene facilmente assorbita dall'organismo, cosa che non accade con il ferro presente in altri alimenti) e di **potassio** (che regola la pressione e la ritenzione idrica), mentre è povera di **sodio** (fattore chiave dell'ipertensione, largamente introdotto nella dieta da altri alimenti). La carne è quindi un alimento dal valore nutritivo di alto livello. Ciò non significa però che si debba esagerare

la **moderazione** nei consumi e l'**ampia varietà** di cibi. Se è giusto informare che un eccesso di carne è dannoso per la salute, al contrario non si deve demonizzarla, dando credito a tendenze alimentari improvvisate e sbilanciate in voga negli ultimi anni. Una porzione di carne alcune volte alla settimana è difatti molto utile all'organismo per assicurarsi una parte sostanziale del proprio fabbisogno di proteine, di alcuni elementi minerali importanti quali ferro e zinco e di alcune vitamine del gruppo B.



nel consumarla, perché i presupposti essenziali di una dieta corretta sono

### Le pregiate carni italiane

Fra gli oltre 200 prodotti italiani a denominazione d'origine, frutto di tradizioni gastronomiche consolidate e di particolare attenzione alla qualità, figurano attualmente anche tre tipologie di carne fresca, mentre altre tre sono in "protezione transitoria" (in attesa della registrazione da parte della Commissione Europea).

La prima tipologia di carne fresca italiana ad aver ricevuto la protezione europea è il **Vitellone Bianco dell'Appennino Centrale I.g.p.**, che dal 1998 vede tutelata la grande storia di questa razza e l'antica tradizione di allevamento, improntata ad un'altissima attenzione alla qualità, tipica di quest'area. Ne deriva una carne di straordinario valore qualitativo, famosa sia in Italia che all'estero. La carne di Vitellone Bianco dell'Appennino Centrale è prodotta da bovini, maschi e femmine, di pura razza Chianina, Marchigiana, Romagnola, di età compresa fra i 12 e i 24 mesi, allevati lungo la dorsale appenninica del Centro Italia, precisamente nelle province di Bologna, Ravenna, Forlì, Rimini in Emilia-Romagna; Pisa, Prato, Firenze, Arezzo, Siena, Livorno, Grosseto in Toscana; Ancona, Macerata, Ascoli Piceno nelle Marche; Terni e Perugia in Umbria; Teramo, Pescara, Chieti, L'Aquila in Abruzzo; Campobasso e Isernia in Molise; Frosinone, Rieti, Viterbo in Lazio; Benevento e Avellino in Campania.

Tra le razze tutelate da questa I.g.p. la "**Chianina**" è forse quella che gode di un'immagine più affermata, grazie anche alla fama che si è conquistata con il mito gastronomico della bistecca "alla Fiorentina". In ogni caso

#### VALORI NUTRIZIONALI (PER 100 GR. DI PRODOTTO)

	Proteine(%)	Grassi(%)	Calorie
Bovino (fesa)	21,8	1,8	103
Vitello	20,7	1,0	92
Maiale (coscia)	20,2	3,2	110
Pollo	19,4	9,6	110
Coniglio	19,9	4,3	118
Agnello	20,8	8,8	162
Capretto	19,2	5,0	122
Cavallo	19,8	6,8	143
Fagiano	24,3	5,2	144
Cervo	21,0	0,8	91
Struzzo	20,9	0,9	87

(Fonte: INRAN)

la razza Chianina, utilizzata un tempo per il lavoro nelle campagne, è oggi considerata uno delle più pregiate produttrici di carne al mondo. Derivata dal *Bos primigenius*, la Chianina è presente in Italia da oltre 2500 anni ed era particolarmente apprezzata dagli Etruschi e dai Romani, che grazie al suo candido manto la utilizzavano anche nei cortei trionfali e per i sacrifici alle divinità. Ancora oggi è riconoscibile dal manto bianco porcellana, dal tronco lungo e cilindrico con dorso e lombi larghi e dagli arti più lunghi delle altre razze: è infatti il bovino più grande del mondo.

Anche la razza "Romagnola" vanta origini antichissime. Infatti è accertato che derivi dal *Bos Taurus Macrocerus*, un bovino originario delle grandi steppe dell'Europa centro-orientale, arrivato in Italia al seguito dell'invasione longobarda nel IV secolo. Riconoscibile dal mantello grigio chiaro, vanta un notevole sviluppo muscolare e una spiccata robustezza degli arti: è considerato il bovino più resistente al clima tra le razze bianche e la sua adattabilità ai terreni difficili lo rende un'ottima razza da pascolo.

La razza "Marchigiana" è frutto dell'incrocio fra il bovino polico autoctono (derivato dal "Bovino dalle grandi corna" giunto in Italia nel VI secolo) e i tori chianini. Ne è derivata una razza con un migliore sviluppo muscolare e un mantello più chiaro; dopo un'ulteriore incrocio con la razza Romagnola agli inizi del XX secolo, per rendere la razza più adatta al lavoro nei campi, la Marchigiana assunse i caratteri attuali, che la rendono un'ottima produttrice di carne, sia in termini di resa da macello che di qualità delle carni. Nel 2001 arriva il secondo riconoscimento europeo per una carne fresca italiana, precisamente per l'**Agnello di Sardegna I.g.p.** In Sardegna l'allevamento ovino è un'attività antichissima, frutto di una tradizione che consente agli animali di alimentarsi e crescere a stretto contatto con la natura. In particolare gli Agnelli di Sardegna I.g.p. secondo il disciplinare di produzione, vengono allevati allo

stato brado, in ambienti esposti a forte insolazione, ai venti e al clima tipici dell'isola. Sono nutriti prevalentemente con latte materno e/o con l'integrazione pascolativa di alimenti naturali ed essenze spontanee caratteristiche sarde. Sono previste tre tipologie: "agnello da latte", alimentato esclusivamente con latte materno e di peso non superiore ai 7 kg; "agnello leggero", ottenuto in purezza o con incroci con altre razze da carne altamente specializzate, di peso compreso fra i 7 e i 10 kg; "agnello da taglio", di peso compreso fra i 10 e i 13



kg. Risale al giugno 2009, infine, il riconoscimento europeo all'**Abbacchio Romano I.g.p.**, una tutela che finalmente giunge a proteggere un piatto della tradizione fortemente minacciato dalle imitazioni. L'Abbacchio Romano I.g.p. è ottenuto dalle carni e dalle frattaglie degli agnelli nati, allevati e macellati in tutto il territorio del Lazio. Si tratta di animali allevati allo stato brado o semibrado, macellati tra i 28 e i 40 giorni d'età e con peso non superiore agli 8 kg. La carne dell'Abbacchio ha da sempre un forte legame con la ruralità e con la tradizione laziale e romana in particolare. L'importanza dell'allevamento ovino in questo territorio si può comprendere

leggendo una nota storica del 1629, dove si scopre che in tale anno a Roma furono consumati 165.797 agnelli, su una popolazione che contava 115.000 persone!

In attuale protezione nazionale transitoria, in attesa dell'ufficiale riconoscimento europeo, si trovano poi altre tre tipologie di carne fresca italiana di altissima e comprovata qualità: il **Gran Suino Padano Dop**, oggi utilizzato per la produzione dei più famosi prodotti della salumeria italiana; il **Suino Cinto Toscano Dop**, antica razza suina allevata allo stato brado; la **Carne di Bufalo Campana Igp**, pregiata razza meglio nota per la produzione del latte da cui deriva la famosa Mozzarella di Bufala Campana **Dop**.

### Chi vince la sfida?

L'abitudine spinge molti consumatori a identificare la carne esclusivamente con quella di manzo o di vitello, escludendo dalla propria scelta le molte altre carni disponibili. L'idea di fondo che le carni bovine siano quelle nutrizionalmente più pregiate è un pregiudizio da sfatare, perché assolutamente privo di fondamento. Infatti il valore nutritivo delle carni alternative (pollo, tacchino, maiale, ecc.) è perfettamente all'altezza di quello della carne bovina, sotto tutti i profili. Un altro concetto da correggere è quello per cui i tagli di carne più costosi (filetto, prosciutto, petto) siano anche quelli con le caratteristiche nutrizionali più pregiate. In realtà, anche molti tagli magri, considerati "minori" per via del basso costo, hanno lo stesso valore nutritivo di bistecche e filetti. E anche le carni surgelate delle varie specie hanno un potere nutritivo simile a quelle fresche e un'identica digeribilità. Quindi è possibile affermare con certezza che le diverse varietà di carne sono tutte nutrienti in misura comparabile, pur differendo per composizione e per alcune caratteristiche nutrizionali e sensoriali. Proprio per questo è importante variare il tipo di carne che si assume, nutrendosi non solo di manzo e vitello, in modo da garantirsi una dieta il più possibile varia ed equilibrata. La sfida della qualità delle varie tipologie di carni finisce sostanzialmente in parità. Ciò che deve determinare la preferenza

tra una specie e un'altra è una serie di motivazioni soggettive dei singoli consumatori: essi possono valutare il prodotto da scegliere in base al gusto e al sapore di un particolare taglio, al prezzo del prodotto, alla comodità della preparazione e al servizio che offre, senza preoccuparsi del suo valore nutrizionale perché, come abbiamo detto, non esistono carni di serie A e di serie B.

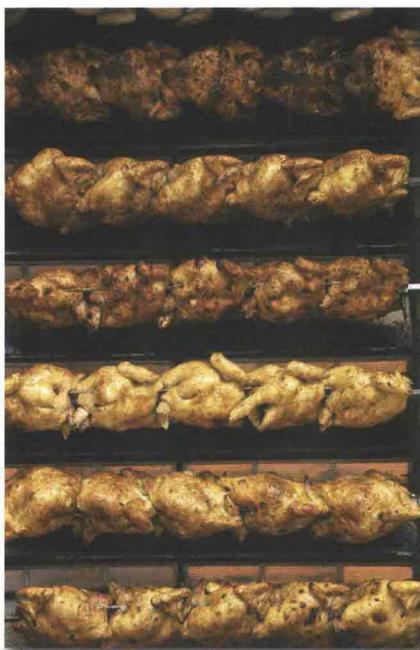
*"In un'adeguata alimentazione"* – spiega Gian Paolo Angelotti, Presidente di Fiesa Assomacellai, nel rapporto annuale del settore – *"il consumo di carne è fondamentale, perché contribuisce all'apporto di proteine di elevata qualità. Vitamine come il gruppo 12, minerali come lo zinco, il ferro e il rame sono essenziali per il nostro organismo e possiamo trovarli nella carne"*. E ancora: *"La diversità tra carni bianche e carni rosse non è dovuta alla quantità di ferro in esse contenuto, ma alla maggiore o minore presenza di mioglobina, pigmento che si combina con l'ossigeno determinandone il colore rosso"*.

### Consumi e mercato

In un'intervista pubblicata sul sito di Assomacellai, il Presidente Gian Paolo Angelotti sostiene che il consumo di carne sia rimasto per lo più stabile, ma quello che si nota oggi è un ritorno alla cucina tradizionale e quindi ad una minor richiesta di tagli scelti. *"Come una volta troviamo sulle nostre tavole il buon vecchio brodo che funge sia da primo che da secondo o anche la trippa, dunque prodotti a basso costo, ma che rievocano una cucina mediterranea. Complessivamente si ha ad ogni modo un maggiore utilizzo di carni bianche rispetto alle rosse... Oggi il mercato è in mano per il 60% alla grande distribuzione, ma ciò è legato a un fatto di maggior praticità e convenienza, basti pensare alle diverse categorie di supermercati che rispettano le esigenze delle classi sociali. E' doveroso dire, comunque, che il consumo non si può massificare, in quanto sono cambiate le esigenze dei nostri consumatori. Per esempio la casalinga di oggi acquista il 50% di carne da lavorare, preferisce la coto-*

*letta già impanata rispetto a quella da impanare. Nei grossi centri urbani il macellaio è diventato un vero e proprio consigliere enogastronomico, dispensa pareri e suggerimenti riguardo i tempi di cottura e gli abbinamenti adeguati"*.

Nel rapporto del settore, presentato a "Eurocarne 2012" da Fiesa – Asso-



macellai Confesercenti, si legge che negli ultimi decenni, di pari passo con la crescita del benessere sociale italiano, sono aumentati i consumi di carne nel nostro Paese. Guardando al recente passato, alla fine degli anni '60 il consumo di carne in Italia era pari a circa 34 chilogrammi pro-capite all'anno (18 kg. bovina, 8 kg. suina e 8 kg. pollame), che corrispondevano ad un consumo medio giornaliero pro-capite di 120 gr. Cinquant'anni dopo, il consumo annuo in Italia è pari a circa 90 chilogrammi pro-capite all'anno, pari ad un consumo giornaliero di 250 gr., poco sopra la media dei paesi sviluppati (240 gr.), sotto la media USA (300 gr.), mentre la media mondiale del consumo di carne è di circa 100 gr. pro-capite al giorno. All'interno di questo trend i consumi di carne equina sono una piccola parte dei consumi di carne: circa 1,3 kg. all'anno, concentrato in alcune aree del

paese: in Puglia (circa un terzo) Emilia Romagna e Lombardia.

Cresciuta, di pari passo, la spesa per i consumi di carne in termini reali, ma in contrazione percentuale sulla spesa del comparto alimentare. All'inizio degli anni '70 la spesa media mensile per l'acquisto di carne era il 33% della spesa per l'acquisto di generi alimentari (circa 16€ al mese su 47€ di spesa alimentare). Nel decennio successivo la quota resta costante: nel 1984 la spesa per carni media mensile era di 71€ su un totale di 213 € di spesa alimentare (pari al 33,2%). Dieci anni dopo, nel 1994 la spesa per carni è scesa al 26% della spesa alimentare (91€ al mese su un totale di 345€ di spesa per generi alimentari). A partire dalla fine degli anni '90 la quota di spesa per le carni delle famiglie italiane scende ancora e si stabilizza intorno al 22-23%. L'ultima indagine sui consumi delle famiglie italiane indica che la quota di spesa destinata all'acquisto di carni dal 2009 è salita dal 22,6% al 23,5% del totale della spesa alimentare e dal 4,3% al 4,5% del totale della spesa per consumi delle famiglie. La spesa media mensile di ciascuna famiglia per l'acquisto di carni è quantificata dall'ISTAT in 110 euro.

I prezzi al consumo delle carni per tutto il 2011 sono aumentati al di sotto del 2%. Tuttavia le tensioni intervenute nel corso del 2011 sui prezzi all'origine, alla produzione e all'ingrosso delle carni potrebbero spingere verso l'alto i prezzi al dettaglio. L'Osservatorio Prezzi e Mercati di Indis - Unioncamere già a marzo scorso segnalava tensioni sui prezzi praticati dai produttori alle grandi centrali di acquisto con riferimento sia alle carni di bovino che di vitello. Per i mesi di marzo-aprile 2012 erano previste in aumento del 9-10% sullo stesso periodo del 2011. Del resto le spinte provenienti sia dai prezzi all'origine che dai mercati all'ingrosso sono state consistenti per tutto il 2011. Secondo i dati ISMEA i prezzi all'ingrosso dei bovini adulti ad aprile 2012 risultano del 7% più alti di un anno prima; per i vitelli l'aumento rilevato è del 6%.

# italian meat: good and certified quality

*Dies subsidiaries, consortiums, trademarks PDO and PGI, natural feeding, breeding in the wild: these are just some of the features that relate to the finest Italian meats, foods with genuine added value.*



**T**he relationship between man and meat seemed to have broken up some years ago, when, under the influence of improvised and incorrect food trends, the meat consumption began to be regarded as "unnatural" and injurious to health. Luckily the lack of information which was very widespread some time ago, is being replaced by a new general interest into correct diet. Thanks to this, meat is recovering the importance it had lost and its consumption is going back to traditional standards.

Feeding on meat could seem less natural than the consumption of other agricultural produce, since the majority of them are eaten without the need of any manufacture, ripening or cooking. When we come to meat the matter is a bit more complicated. First of all it is necessary to fix what animals can be used for human feeding and what can not. Then, once available, meat

must be selected, prepared, worked, hung and cooked. Its consumption has then a strong cultural value and varies from population to population. However the presence of meat in human feeding has an undeniable natural basis proved by the fact that our ancestors who lived in the Palaeolithic age, when agriculture did not exist yet, fed on great amounts of meat without having an unbalanced diet. The cavemen diet, analysed by modern nutritionist science, is rather judged well balanced and correct, unlike what happens more and more frequently in the richest and most developed areas of the world. The correct diet of our ancestors was made possible by meat, which provided high quality proteins and the right balance between saturated and unsaturated fats, and by complex carbohydrates, fibre and a little sodium.

## "Flesh makes flesh"

Popular sayings are often very true, like in this case. As a matter of fact, meat (regarded as the muscular part of animals for slaughter, birds, rabbits and game) is to be considered one of the most important foodstuffs. According to the data provided by INRAN (Istituto Nazionale Ricerca Alimenti e Nutrizione) we will now discover its composition.

The nutritive elements of meat can change a lot according to the animal's age and species. What vary most are the **water** and fat amount. The former in young and lean animals like calf, reaches 80% of the physical weight, while in animals like goose is below 50%. The **fat** content varies instead from the very low levels, less than 1% of lean rabbit and the breast of guinea-fowl to 20% of fat pig and up to 34% of goose. But the main element of meat is its **protein** amount. Meat proteins are present in different

animals in quite a constant amount (19-21 g for each hectogram). They have a high **biological value**, because they contain in a balanced proportion all the amino acids indispensable to the forming, growth and maintenance of our body, including some of them (such as lysine and tryptophane) which are lacking in proteins of vegetable origin. Moreover, meat contains a good amount of **iron** (in a composition that is easily absorbed by the body, a thing that does not happen when iron is present in other elements) and of **potassium** (which regulates pressure and water retention), while it is poor in **sodium** (largely introduced in the diet by other elements and the main cause of hypertension).

Meat is then a foodstuff with a high nutritive value. This does not mean that one should exaggerate in consuming it, like it has happened and is still happening in America and Europe, because the basic assumptions of a correct diet are **moderation** and a **wide variety** of foodstuffs. On the one side it is right to inform that too much meat is injurious to health, on the other side meat must not be demonised, by giving credit to improvised and unbalanced food trends in fashion in the latest years. As a matter of fact one portion of meat some times a week is extremely useful to the body to absorb a substantial part of its proteins' requirements, of some important mineral elements such as iron and zinc and of some B group vitamins.

### The high-quality Italian meats

Among the more than 200 Italian products with designation of origin, the result of gastronomic traditions established and a focus on quality, currently includes also three types of fresh meat, while the other three are in "transitional protection" (pending registration by the European Commission). The first type of fresh Italian meat to receive the protection of the

European **Central Apennine White Bullock**, protected since 1998 sees the great history of this race and the ancient tradition of farming, thereby providing a very high attention to quality, typical of this area. The result is a meat of outstanding quality, famous both in Italy and abroad. The meat of White Bullock of the Central Apennines is produced by cattle, male and female, purebred Chianina, Marche, Romagna, aged between 12 and 24 months, raised along the Apennines in central Italy, specifically in the provinces of Bologna, Ravenna, Forlì, Rimini in Emilia-Romagna, Pisa, Prato, Florence, Arezzo, Siena, Livorno, Grosseto in Tuscany, Ancona, Macerata, Ascoli Piceno in the Marche, Terni and Perugia in Umbria, Teramo, Pescara, Chieti, L'Aquila in Abruzzo, Molise in Campobasso and Isernia, Frosinone, Rieti, Viterbo in Lazio, Benevento and Avellino in Campania.

Among the breeds protected by the PGI this "**Chianina**" is perhaps the one that has a more established, thanks to the reputation that has earned the myth gourmet steak "Fiorentina". In any case, the Chianina, once used to work in the country, is considered one of the finest producers of meat in the world. Derived from the *Bos primigenius*, the Chianina is present in Italy for over 2500 years and was particularly appreciated by the Etruscans and Romans, thanks to its white mantle also used in the triumphal processions and

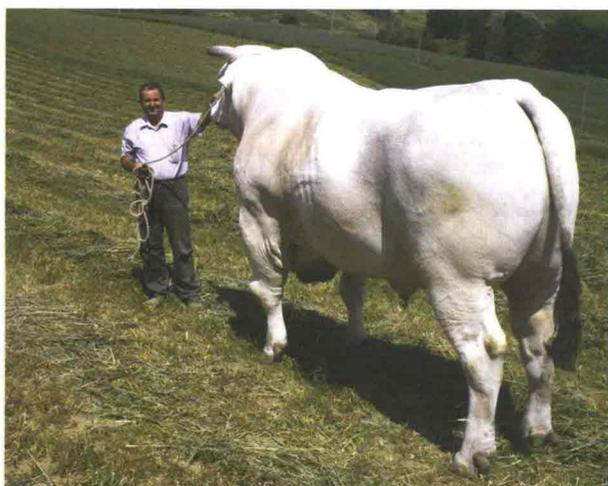


sacrifices to the gods. It is still recognizable by the white porcelain surface, their long and cylindrical with back and loins wide and limbs longer than the other races: it is the world's largest cattle.

Even the race "**Romagnola**" has ancient origins. Indeed, it is established that derives from the *Bos Taurus Macrocercus*, a large bovine native to the steppes of Central and Eastern Europe, arrived in Italy in the wake of the invasion of the Lombards in the fourth century. Recognizable by the light gray coat, boasts a remarkable muscular development and a strong robustness of the arts is considered the animal more resistant to climate among the white races and its adaptability to difficult terrain makes it an excellent breed for pasture.

The breed "**Marchigiana**" is the result of crossbreeding between the native bovine (derived from "*Cattle from large horns*" arrived in Italy in the sixth century) and Chianina bulls. The result was a race with better muscle development and a lighter coat, and after a further junction with the Romagnola breed in the early twentieth century, to make the race more suited to work in the fields, the Marchigiana assumed the current characters, which make it an excellent producer of meat, both in terms of yield for slaughter for meat quality.

In 2001, the second European award for a fresh meat Italian, precisely for the '**Agnello di Sardegna IGP**'. In Sardinia, the sheep is an ancient fruit of a tradition that allows the animals to feed and grow in close contact with nature. In particular, the Agnelli **IGP** of Sardinia, according to the product specification, are raised in the wild, in areas exposed to strong sunlight, the winds and the climate of the island. They are fed mainly with milk and / or





integration pascolativa natural foods and wild plants characteristics sardines. There are three types: "suckling lamb", fed exclusively with breast milk and weighing up to 7 kg; "light lamb", obtained in pure form or by crosses with other beef breeds highly specialized and weighing between 7 and 10 kg "lamb cut" and weighing between 10 and 13 kg.

It dates back to June 2009, finally, the European recognition to 'Lamb Romano PGI' protection that finally comes to protecting a traditional dish severely threatened by imitations. The Lamb Romano PGI is obtained from meat and offal of lambs born, raised and slaughtered in the whole territory of Lazio. These animals are bred in the wild or semi-wild, slaughtered between 28 and 40 days of age and weighing up to 8 kg. The meat dell'Abbacchio has always had a strong link with the countryside and with the tradition of Lazio and Rome in particular. The importance of sheep farming in this region can be understood by reading a historical note of 1629, where it turns out that this year in Rome were consumed 165,797 lambs, which had a population of 115,000 people!

In the current transitional national protection, pending the officer's European recognition, then there are three other types of fresh Italian high quality and proven: the Gran Padano DOP Pork, now used for the production of the most famous Italian cured meat products, the pig Cinto Toscano DOP, an ancient breed of pig reared in the wild, and the meat of Buffalo Campana PGI fine breed best known for the production of milk from which the famous Mozzarella di Bufala Campana PDO.

### What is the favourite meat?

Consumers are used to exclusively identifying meat with beef or veal, excluding from their choice the other meats available. The underlying idea is that beef is more valuable from the nutritional viewpoint. But it is a groundless prejudice which must be discredited. As a matter of fact, the nutritive value of alternative meats (chicken, turkey, pork and so on) is completely equivalent to that of beef from any viewpoint.

Another idea which should be changed is that the most expensive cuts of meat (fillet, ham, breast) have the most valuable nutritional features. Actually, also many lean cuts, that are regarded as worse for their low cost, have the same nutritive value as steaks and fillets. Also frozen meats have a nutritive value similar to that of fresh ones and the same digestibility. It is then possible to affirm that the different varieties of meats are all nourishing in the same way in spite of their different composition and sensory and nutritional features. That's why it is important to choose also the other varieties of meat and not only beef and

veal, in order to guarantee as a varied and well balanced diet as possible. The quality of the different varieties of meats is more or less the same. The subjective reasons of the single consumers make prefer one kind to the other: they can appraise the product according to the taste of a particular cut, the price, the easy preparation and the service content, without worrying about its nutritional value since there are not first-rate and second-rate meats.

### Cold cuts with denominations of origin

For consumer protection there are the so-called *denominations of origin*, promoted by producing companies and protected at a community level by an official recognition which involves the adoption of product specifications and a unique registered trademark.

The *Protected Denomination of Origin (PDO)* represents the highest guarantee for typicality and is used for designating an agricultural or food product native to a certain region or country, whose characteristics depend essentially or exclusively on the geographical environment, including natural and human factors, and whose production, transformation and elaboration are done in the determined geographical area, including the provenience of raw materials.

The *Protected Geographical Indication (PGI)* refers to a product native to a region, a specific place or a country, whose characteristics can be put down to the geographical origin, and at least one production stage of which takes place in the individuated area.

The *Guaranteed Traditional Speciality (GTS)* defines a product whose raw materials, composition or recipe, production method or transformation are traditional.

### NUTRITIONAL VALUES (for 100 gr. of product)

	Proteins(%)	Fats(%)	Calories
Beef (loin)	21,8	1,8	103
Veal	20,7	1,0	92
Pork (leg)	20,2	3,2	110
Chicken	19,4	9,6	110
Rabbit	19,9	4,3	118
Lamb	20,8	8,8	162
Kid	19,2	5,0	122
Horsemeat	19,8	6,8	143
Pheasant	24,3	5,2	144
Venison	21,0	0,8	91
Ostrich	20,9	0,9	87

(Info-provider: INRAN)