



Grana Padano antico sapore italiano

Grande digeribilità, fonte proteica ad alto valore biologico e ricchezza di minerali. Questo formaggio può essere adatto anche a una dieta vegetariana

È uno dei prodotti alimentari italiani più conosciuti e apprezzati nel mondo, ma allo stesso tempo è anche uno dei più contraffatti, nonostante per la sua difesa e tutela sia stato creato il Consorzio Tutela Grana Padano, composto da produttori e stagionatori che svolgono funzioni di valorizzazione, informazione e vigilanza, in garanzia della tradizionale ricetta indicata nel Disciplinare di produzione. Il Grana Padano ha quasi 1.000 anni e se li porta bene, con tanto di certificazione DOP. È un formaggio a pasta dura, il cui nome "Grana" deriva proprio dalla sua struttura granulare, che non va assolutamente tagliata ma "spezzata", con l'apposito coltello a mandorla o a goccia. Dal 1954, al termine "Grana" è stato affiancato l'aggettivo "Padano", e i due elementi sono ora imprescindibili: il primo non può esistere senza il secondo e, se esiste, ci troviamo di fronte a una contraffazione.

Alla mancanza di lattosio, che si perde durante la stagionatura, si affianca un'alta digeribilità e buoni nutrienti, grazie all'apporto proteico ad alto valore biologico (che fornisce amminoacidi essenziali per le funzioni dell'organismo), ai minerali (calcio, iodio, selenio, magnesio e fosforo) e alle vitamine (in particolare B12). Il Grana Padano è un formaggio semigrasso: il 30% dei suoi grassi sono insaturi. La sua stagionatura minima è di 9 mesi. Viene consumato soprattutto da solo, in scaglie, o grattugiato per insaporire paste, sformati, verdure gratinate, vellutate. Il Grana Padano DOP, entro i 16 mesi, è più adatto ai piatti cotti al forno e gratinati; quello oltre i 16 mesi, invece, è preferibile per preparare ripieni, frittate, pizze, crostini e torte salate. Per conservarlo, scegliete la parte del frigorifero meno fredda, avvolgendolo in un canovaccio di cotone pulito o in pellicola alimentare.