

Qualità nutrizionale di Spigole e Orate allevate nell'area adriatica

Jelka Pleadin, Ana Vulić, Tina Lešić, Nina Kudumija

Croatian Veterinary Institute, Laboratory for Analytical Chemistry, Zagreb, Croatia - pleadin@veinst.hr



La carne di pesce ha una composizione nutrizionale equilibrata, poiché contiene proteine, grassi e importanti micronutrienti in quantità benefiche per la salute umana. Nel corso di questo progetto è stata studiata la qualità nutrizionale della spigola e dell'orate come specie ittiche d'allevamento più importanti dal punto di vista commerciale. La composizione dei nutrienti di base (acqua, proteine, carboidrati, ceneri, grassi e profilo degli acidi grassi), nonché il contenuto di minerali (K, P, Na, Ca, Mg, Fe, Zn e Cu) e di vitamina (A ed E) sono stati determinati in campioni di pesce fresco allevati in due località del Mare Adriatico per quattro stagioni durante un periodo di due anni utilizzando metodi analitici convalidati. Sono stati determinati i livelli di acidi grassi saturi e mono- o poli-insaturi e i loro rapporti reciproci, nonché gli indici di qualità lipidica, inclusi l'indice aterogenico (AI) e quello trombogenico (TI), l'indice di qualità lipidica della carne. Sono stati stabiliti anche il rapporto tra acidi grassi ipo- e ipercolesterolemici (HH). Spigole e orate allevate in entrambe le località del Mar Adriatico si sono rivelate di alto valore nutritivo, con la percentuale di grasso totale che variava considerevolmente nelle stagioni, mentre gli indici di qualità lipidica erano in linea con quelli raccomandati dalle organizzazioni

sanitarie internazionali durante l'intero periodo di studio.