

9 ottobre 2007 0:00

## **ALIMENTI: CROSTA DEL PANE BENEFICA**

Roma, 9 Ottobre 2007. Protegge dal cancro e dalle malattie cardiovascolari. Sono le proprietà della crosta del pane, scoperte da due ricercatori tedeschi, esperti in chimica degli alimenti, il dott. Thomas Hofmann dell'Università di Monaco e la dott.ssa Veronica Faist, dell'Istituto di nutrizione umana e scienze alimentari di Kiel (Germania). L'effetto benefico è dovuto alla formazione di un derivato della lisina. La lisina è un amminoacido essenziale, presente in molte proteine animali e vegetali, favorisce la crescita, la riparazione dei tessuti e la produzione di anticorpi, ormoni, enzimi; il nostro organismo non è in grado di produrlo per cui dobbiamo assumerlo dagli alimenti. Durante la cottura, l'amminoacido lisina si combina con l'amido contenuto nella farina e forma un derivato (pronil lisina) presente sulla superficie indurita del pane, la crosta appunto, in particolare in quello di segale e frumento. Il processo di formazione del derivato della lisina è favorito da una lunga lievitazione. Insomma ritornare alle antiche abitudini, una lievitazione prolungata e una buona cottura del pane, non può che far bene: al gusto e alla salute.

Primo Mastrantoni, segretario dell'Aduc