28 giugno 2012 13:02

Il riso. Consigli per gli acquisti

di Primo Mastrantoni

Il riso rappresenta il secondo alimento consumato a livello mondiale dopo il frumento. La classificazione italiana ne prevede quattro tipi:

* Comuni (es. Cripto), adatti per minestre, minestroni e dolci.
* Semifini (es. Rosa Marchetti, Lido), adatti per risotti e contorni.
* Fini (es. Ribe, S.Andrea), adatti per antipasti, risi in bianco, suppli', timballi, sartu'.
* Superfini (es. Baldo, Carnaroli), adatti per risotti e contorni.

Una particolare tipologia di riso e' il Parboiled che viene trattato con il vapore e cio' consente di conservare al meglio le qualita' nutrizionali. L'operazione conferisce al chicco un color giallo ambra e, dopo cottura, un riso poco colloso.
Una volta scelto il tipo piu' adatto alle nostre esigenze e' importante tener conto di alcuni suggerimenti.
Il riso deve avere un aspetto omogeneo con scarsa presenza di chicchi rotti (si spappolano durante la cottura), assenza di corpi estranei (insufficiente pulitura), non avere cattivi odori (cattiva conservazione), non sfarinare (e' vecchio), non essere di colore bianco opaco (insufficiente maturazione), non essere pigmentato (danneggiato da pioggia o grandine), non deve essere di colore scuro (fermentazione dopo raccolta). Il riso tende ad assumere gli odori e l'umidita' dell'ambiente circostante per cui va tenuto in un contenitore di vetro chiuso, non va lavato o versato in acqua fredda perche' perderebbe parte delle sostanze nutritive.
Le frodi piu' frequenti riguardano la miscelazione di varieta' e qualita' diverse.