

22 febbraio 2002 0:00

## **PANE DI RIVALTA: COSTA IL 700% IN PIU' DEL PANE TRADIZIONALE**

Roma, 22 febbraio 2002. Circola un nuovo prodotto per dimagrire: il pane di Rivalta. Composto essenzialmente di crusca e un po' di proteine, abbinato con una dieta a base di proteine (carne, pesce) e' indicato per le persone che vogliono dimagrire. Lo possiamo considerare una estremizzazione del pane integrale -dichiara Primo Mastrantoni, segretario dell'Aduc- del quale abbiamo parlato in diverse occasioni (vedi comunicati stampa del 28.08.01 e 25.10.01), proposto quale alimento alternativo al tradizionale pane di farina bianca. Certamente non mangiare carboidrati (zuccheri) fa dimagrire e se aggiungiamo alla dieta la crusca, che e' un denutriente e pertanto diminuisce l'assorbimento alimentare, avremo una diminuzione di peso del soggetto in dieta. Ricordiamo che la crusca, componente essenziale del pane di Rivalta e' il prodotto di scarto dei cereali che veniva dato alle mucche, perche' costituito essenzialmente di cellulosa che i ruminanti digeriscono mentre il nostro apparato digerente la vede solo in transito.

Ma occorre il pane di Rivalta per dimagrire? Non basta una diminuzione equilibrata del cibo e un aumento del movimento? Non ci siamo ancora stancati delle diete a punti, a zone e dissociate che ci hanno propinato in questi anni? Il pane tradizionale costa 3.500 lire (1.8 euro) al kg, quello di Rivalta 25.000 lire (12.91 euro) al kg, cioe' il 700% in piu'. Una bella insalata, cioe' cellulosa, costa 3000 al kg. Un bel risparmio!