

# I germogli, l'alimento del passato che ritorna con successo al futuro. Una iniziativa sociale della Coop. O.R.T.O.

written by Marco Salvaterra | 22 marzo 2021

Cambiamo Agricoltura è parte della campagna europea [The Living Land](#) nata per promuovere una riforma ecologica della PAC (Politica Agricola Comune) post 2020. La Coalizione Cambiamo Agricoltura raccoglie le istanze di oltre sessanta associazioni ambientaliste, tra le quali Associazione Medici per l'ambiente, Aiab, Fai, Federbio, Legambiente, Lipu, Pronatura e Wwf.

Dallo scorso mese ha avviato un ciclo di seminari sull'agroalimentare italiano che richiamano la necessità di una riforma comunitaria veramente attenta alle esigenze dei piccoli produttori impegnati sul versante dell'ecosostenibilità. Nel primo webinar è stata presa in considerazione l'organizzazione delle filiere zootecniche nell'ottica di un processo di transizione agro-ecologica; nell'incontro successivo sono stati analizzati i cambiamenti delle abitudini alimentari degli italiani dall'inizio della pandemia e i benefici per la salute associati alla dieta mediterranea.

Ma che cos'è la PAC? La Politica Agricola Comune nasce nel 1962, riguarda tutti i Paesi dell'Unione Europea e ha lo scopo di migliorare la produttività del settore agricolo garantendo un adeguato sostegno economico agli agricoltori, la valorizzazione dei paesaggi e delle aree rurali e la salvaguardia delle risorse naturali. La PAC impegna circa il 38% del bilancio dell'Unione Europea e i finanziamenti erogati sono utilizzati principalmente per sostenere il reddito dei produttori e per mettere in atto misure di sviluppo rurale tramite programmi nazionali e regionali.

La PAC riconosce l'urgenza di un nuovo modello di produzione agricola orientato alla conservazione della natura, alla tutela della biodiversità e all'utilizzo di tecniche di coltivazione ecocompatibili. E' opinione di Cambiamo Agricoltura che al momento questo strumento non sia sufficientemente efficace per favorire la transizione verso un sistema agro-ecologico funzionale a livello europeo. La Coalizione ritiene infatti che la PAC dovrebbe perseguire i seguenti obiettivi:

- mantenere la biodiversità;
- valorizzare le materie prime locali per le diciture BIO, DOP, DOC, IGP, IGT;
- favorire il ricambio generazionale;
- ridurre gli sprechi;
- rendere riciclabili i materiali di imballaggio;
- accorciare la filiera di produzione e commerciale (con aumento dei ricavi per il produttore e riduzione della spesa per il consumatore);
- favorire nuove forme di acquisto (GAS, adozione di una fattoria, ecc...).

Una soluzione per reclamare un prezzo delle produzioni indirizzate all'agroecologia premiante e distintivo potrebbe essere quella di puntare sulle innovazioni tecnologiche quali:

- tecniche di coltivazione "senza suolo";
- agrotecnologie per l'indoor farming;
- produzione intensiva di piante a uso alimentare in ambiente controllato;

- produzione in vitro di proteine animali;
- fonti proteiche alternative (ed esempio insetti).

I germogli di ortive: un caso di studio?

La Cooperativa sociale agricola O.R.T.O. (Organizzazione Recupero territorio e Ortofrutticole) di Viterbo opera in sintonia con il punto di vista della Coalizione e considera l'agricoltura nella pluralità delle sue funzioni, non solo dunque come fonte di approvvigionamento alimentare ma anche come strumento essenziale per la tutela del patrimonio rurale e la promozione di un modello più consapevole di produzione e consumo.

Il progetto **“Semi liberi - agricoltura sociale in carcere”**, attivo presso la **Casa circondariale di Viterbo**, prevede corsi di formazione in ambito agro-alimentare e vivaistico destinati a fornire competenze professionali e opportunità di inserimento lavorativo ai detenuti secondo principi di ecosostenibilità. Tutte le attività all'interno del tenimento agricolo carcerario sono incentrate sul rispetto dell'ambiente, dei lavoratori e della salute dei consumatori.

I prodotti della Cooperativa O.R.T.O. sono vere e proprie *pillole di benessere* sociale e ambientale. Il fiore all'occhiello della produzione nella **Casa circondariale** è rappresentato dai **germogli freschi**, un alimento poco conosciuto in Italia ma che riscuote molto successo negli Stati Uniti e in Nord Europa. Si ottengono dalla germogliazione dei semi di oltre venti varietà di ortive in condizioni ambientali controllate. I germogli hanno una lunghezza massima di 2/3 centimetri e sono costituiti semplicemente da fogliolina apicale, fusticino e radichetta. Si consumano generalmente crudi per mantenere inalterate le loro sorprendenti proprietà nutritive: sono ricchi (fino al 400% in confronto con l'ortaggio adulto) di minerali, oligoelementi, enzimi, vitamine e proteine vegetali presenti sotto forma di amminoacidi più facilmente assimilabili dall'organismo e prive di colesterolo e trigliceridi.

La Dr.ssa Serenella Cavinato, coinvolta in un webinar organizzato di recente, neurobiologa e biologa nutrizionista, ha indicato come le diete vegana, vegetariana e mediterranea possano essere considerate le migliori per prevenire l'insorgenza del cancro dato che eliminano o riducono l'apporto di proteine animali in favore di quelle di origine vegetale. In tal senso i germogli freschi rappresentano un'ottima soluzione per integrare l'apporto proteico giornaliero in alternativa al consumo di carne.

Oltre ad avere delle positività importanti dal punto di vista organolettico e funzionale, i germogli possono essere prodotti con un dispendio minimo di risorse naturali e in tempi molto brevi (dai 3 ai 10 giorni a seconda del tipo di seme e della temperatura esterna). È evidente che l'input energetico di cui necessitano i germogli sia decisamente inferiore rispetto a quello delle piante adulte della stessa specie, così come la quantità di acqua e la produzione di CO<sub>2</sub>. La produzione di germogli inoltre non comporta il consumo di suolo dato che si ottiene fuori terra, adagiando i semi su un supporto di materiale vegetale. Altri vantaggi dal punto di vista ambientale sono: in forma diretta sull'ecosistema e sulla salute umana, per l'assenza di impiego di pesticidi; e in forma indiretta, per l'assenza di scarti alimentari, che di norma affliggono il settore dell'ortofrutta in misura di oltre il 40%, con i conseguenti problemi di smaltimento.

Con i loro molteplici benefici, i germogli hanno il potenziale per soddisfare le nuove esigenze alimentari dei consumatori italiani che da alcuni anni si stanno orientando sempre più verso un modello nutrizionale che metta al centro la salute e il benessere personale, sociale e ambientale. L'indagine condotta da Cambiamo Agricoltura sulle nuove tendenze alimentari dall'inizio della pandemia evidenzia alcuni cambiamenti significativi che denotano, in linea di massima, una maggiore attenzione verso il cibo sano e eco-friendly. Nel 2020 è aumentata la richiesta di alimenti biologici e freschi, in opposizione a quelli congelati e pronti, così come la ricerca di cibi *free from* (senza lattosio, senza glutine, senza additivi) e cibi *arricchiti o enriched* (con ferro, vitamine, antiossidanti, ecc.). A ciò si aggiungano l'attenzione agli sprechi e diverse modalità di acquisto di cibi e bevande: gli italiani si recano meno frequentemente al supermercato o al negozio alimentare e ricorrono più spesso all'e-commerce anche per comprare prodotti freschi come frutta e verdura (circa il 27,1% degli intervistati).

In conclusione, è evidente da più fonti che i consumatori italiani dall'inizio della pandemia siano più attenti alla

qualità del cibo, intesa non solo come sicurezza alimentare e corrispondenza dei requisiti alla normativa vigente ma anche in funzione di fattori sociali e personali quali:

- sostenibilità ambientale delle produzioni;
- origine delle materie prime;
- implicazioni etiche (sfruttamento della manodopera, lavoro minorile);
- impatto ambientale degli imballaggi;
- etichette dei prodotti;
- campagne pubblicitarie e informative, compreso l'utilizzo dei social network;
- soddisfazione personale del consumatore.

L'ultimo punto fa riferimento al *piacere del cibo*, inteso come fonte di soddisfazione sensoriale, e all'aspetto della convivialità, entrambi elementi essenziali per il raggiungimento di uno stato di benessere.

Con questa convinzione è stato avviato il progetto Semi Liberi, che identifica nel cibo un'ottima occasione per rafforzare i legami sociali, assegnare ruoli di responsabilità e cura degli altri, definire identità positive in chi è sottoposto a restrizione della libertà personale e, non ultimo, per far apprezzare all'esterno del mondo carcerario l'impegno nel recupero di risorse umane altrimenti disperse.

La società cooperativa agricola sociale O.R.T.O. nasce nel 2014 per favorire la diffusione di metodi di coltivazione ecosostenibili e la salvaguardia del patrimonio naturale e rurale. Dal 2017 gestisce il progetto "Semi liberi" per il reinserimento lavorativo dei detenuti attraverso attività di formazione nel settore dell'agricoltura multifunzionale.



Articolo realizzato a partire dai contenuti del webinar "I consumi alimentari e PAC: abitudini, dieta mediterranea, innovazione" della Coalizione Cambiamo Agricoltura e le produzioni a indirizzo agroecologico: il caso dei germogli freschi "Semi Liberi".

*Agnese Inverni è laureata in Scienze ambientali e ha conseguito una specializzazione in Monitoraggio e riqualificazione ambientale. È membro ordinario di O.R.T.O. e partecipa all'attuazione del progetto "Semi liberi"*

*presso la Casa Circondariale di Viterbo.*