

## Latte di patate: la nuova moda alimentare in arrivo sul mercato

Periodicamente vengono lanciate sul mercato **nuove mode culinarie**, per far salire le vendite dell'industria alimentare su particolari settori che sfruttano il marketing ingannevole, frutto di bugie o comunque di mezze verità. Basti ricordare la moda del **sale dell'Himalaya**, quello che veniva descritto come salutare e ricco di mille benefici ma che alla fine, dopo tanto clamore, si è rivelato un sale comune di roccia dalla composizione per nulla differente rispetto a quella del comune sale marino. L'unica caratteristica che li distingue è [il tipico colore rosa, dato dalla ruggine](#), del sale himalayano. Il sale infatti, contiene anche ferro fra i vari minerali, ma quando il ferro si ossida si forma la ruggine (tecnicamente in chimica il nome esatto è ossido di ferro) e, com'è possibile immaginare, non ha alcuna proprietà salutare per il corpo; semmai produce l'effetto contrario: è nociva.

Altro trend di alcuni anni fa furono **le bacche di Goji**, che sembravano essere un cibo miracoloso e alla fine si sono rivelate per quello che sono: una bacca piena di pesticidi [coltivata in maniera intensiva in Cina](#) ed esportata in tutto il mondo, con meno vitamine e antiossidanti della comune mora e dei mirtilli.

Negli ultimi tempi è esplosa anche la moda del **latte vegetale** come sostituto più salutare del latte vaccino. Tuttavia, il latte di mandorle ad esempio, [conteneva appena il 2% di mandorle](#) e una gran quantità di zucchero, aromi, additivi aggiunti e acqua.



Oggi però, la nuova trovata è **il latte di patate** e presto verrà dipinto dal marketing come l'alternativa più sana e sostenibile per l'ambiente, al latte di mucca. Ma anche questa volta sarà solo una fregatura a cui molti abbocheranno. Una azienda svedese lo ha già prodotto e lanciato sul mercato in Svezia, nel Regno Unito e presto arriverà anche in Italia e in tutti gli altri mercati del mondo occidentale.

## Ma perché sarà una fregatura?

Il “latte” di patate [è la creazione di Eva Tornberg](#), professoressa e ricercatrice presso l’Università di Lund. Nel 2017, ha trovato il modo per trasformare delle normalissime patate in un drink vegetale. Il “latte” è ottenuto mischiando le patate con olio di colza. Riscaldando la mistura, secondo specifiche modalità, è possibile ottenere un “latte” particolarmente cremoso. La bevanda è stata commercializzata in **una formula che contiene anche** proteine di piselli, maltodestrine (zuccheri), fibra di cicoria e aromi naturali, oltre all’aggiunta di vitamine D, B12 e acido folico.

## L’illusione di un prodotto salutare e sostenibile

Ovviamente il marketing di questo prodotto punterà tutto sul fatto che il latte di patate, rispetto ad altre bevande a base vegetale e al latte di mucca, è adatto a **una gamma più ampia di persone** perché non contiene i più comuni e diffusi allergeni alimentari, come la soia (latte di soia), la frutta a guscio (latte di mandorle o noci), il glutine (latte di avena) e il lattosio (latte di mucca). Riguardo la maggiore sostenibilità ambientale si dirà che rispetto ad altre coltivazioni come la soia e l’avena le coltivazioni di patate **richiedono meno acqua e meno ettari di terra** per la stessa resa. Potrebbe essere vero, ma va messo in conto anche tutto ciò che viene aggiunto nella produzione di questa bevanda e il conseguente impatto ambientale: come per l’olio di colza o gli aromi, ad esempio.

**Il vero inganno** però è questo: il contenuto reale di patate nel prodotto è talmente esiguo (**6%**) che bisogna “arricchirlo” con vitamine e proteine derivanti un’altra fonte (piselli). Inoltre, senza zuccheri e aromi, il suo sapore sarebbe quello di acqua sporca. Senza dimenticare il fatto che le patate sono naturalmente a basso contenuto di grassi e pertanto viene aggiunto del grasso extra, l’olio di colza (parliamo della versione uscita sul mercato in Svezia e Regno Unito).

Si può concludere quindi, che il latte di patate è solo un’illusione, che non può essere considerata una valida alternativa nutrizionale al latte di mucca; e quando arriverà sul mercato anche in Italia, continuare a comprare semplicemente delle buone patate, potrà far ottenere i veri benefici e i nutrienti di questo prezioso alimento.

[di Gianpaolo Usai]