Riso. Tutto in un chicco.

Storia I Coltivazione I Lavorazione

Diapositiva di titolo	
Diapositiva 2: Riti e altre usanze Il riso, inteso come uno degli alimenti principali presenti sul nostro pianeta, è il simbolo dell'alimentazione. Nei paesi asiatici, ci sono innumerevoli riti e usanze di questo genere.	Opuscolo pagina 3
Diapositiva 3: Storia del riso Il riso viene coltivato da oltre 6000 anni. In nessun'altra parte del mondo il riso occupa una posizione così alta come in Asia. Le origini del riso sono proprio in Asia. Ne sono la prova innumerevoli reperti, ad esempio la scoperta della caverna degli spiriti sulle montagne della Tailandia settentrionale. Dall'Asia meridionale la risicoltura si è diffusa passando per l'India e la Persia sulle pianure dell'Eufrate, per poi proseguire in Egitto. Con Alessandro Magno il riso raggiunse infine anche il Mediterraneo. Solo nel IX secolo, quando i Mori introdussero il riso in Spagna, il cereale acquisì importanza anche in Italia e in Francia.	Opuscolo pagina 3
Diapositiva 4: La pianta Oggi il riso viene coltivato in tutti i continenti e in oltre 100 paesi, per lo più nelle regioni tropicali e subtropicali caratterizzate da un clima caldo-umido. Il riso è un'erbacea della specie **Oryza** che, come il grano, l'avena, l'orzo e il miglio, appartiene alla **famiglia delle graminacee**.	Opuscolo pagina 5

Diapositive 5 e 6: Due gruppi principali dell'Oryza Sativa La grande famiglia Oryza Sativa è riuscita a insediarsi, nei suoi circa 10 000 anni di evoluzione, in tutti e cinque continenti della Terra. L'Oryza Sativa si suddivide essenzialmente in due gruppi varietali: le varietà Indica e le varietà Japonica. **Le varietà Indica** sono coltivate prevalentemente nelle zone tropicali e sono particolarmente resistenti. I chicchi di questa varietà hanno una forma snella e allungata, motivo per il quale sono noti anche come riso a chicco lungo. Durante la cottura assorbono poca acqua, per cui preservano la loro consistenza, non appiccicano. **Le varietà Japonica** sono di casa nell'Asia orientale, negli stati arabi, nell'area del Mediterraneo e del Mar Nero, in America del Sud, in California e in Australia. Presentano chicchi corti, da ovali a tondeggianti. Durante la cottura assorbono molto liquido e diventano leggermente appiccicosi.	Opuscolo pagina 5
Diapositiva 7: Coltivazione del riso	
Diapositiva 8: La coltivazione tradizionale La stretta collaborazione tra uomo e natura ha una lunga tradizione nella coltivazione del riso. Il riso senza acqua è impensabile. La maggior parte delle oltre 10 000 varietà di riso conosciute si trova letteralmente in acqua. La coltivazione tradizionale mostra ancora oggi l'immagine trasfigurata del bufalo indiano sul campo di riso, incitato dal contadino. Le sementi sono costituite da chicchi di prima qualità. La semenza deve macerare o addirittura pregerminare in acqua pulita. Se le piantine sono cresciute delle dimensioni adeguate, queste vengono estratte dal terreno e trapiantate nei campi allagati. Dopo cinque, sei mesi il riso assume una colorazione giallo-dorata ed è pronto per la mietitura. Tre settimane prima dell'inizio della mietitura viene rilasciata l'acqua. Le pannocchie vengono tagliate con falcetti e poi asciugate al sole. Durante la trebbiatura le pannocchie vengono battute sul terreno o sopra sostegni in legno. In seguito, i chicchi ottenuti vengono «spulati», cioè lanciati in aria con cesti piatti (in questo modo la leggera pula viene rimossa dal vento).	Opuscolo pagina 7

Diapositiva 9: La risicoltura in Svizzera Da circa vent'anni: riso svizzero. Una ditta ticinese, nel 1996 ha iniziato a sperimentare la coltivazione del riso su due ettari di terreno. Gradualmente la coltivazione si è espansa su 90 ettari. La domanda continua ancora a superare l'offerta. Per la coltivazione si punta soprattutto sul Loto, una varietà precoce con la quale si può rinunciare a inondare le risaie.	Opuscolo pagina 8
Diapositiva 10: La risicoltura in Europa La risicoltura in Francia, in Italia e in Spagna non si differenzia nella sostanza da quella in Asia. La Pianura Padana, nel nord Italia, è la più grande zona di coltivazione europea. L'Italia è il maggior produttore di riso d'Europa. Ciò che conta oggi è una produzione il più razionale possibile: un parco macchine ampio e moderno. In Italia si coltivano prioritariamente qualità del gruppo «Japonica», ideali per un delizioso risotto.	Opuscolo pagina 8
Diapositiva 11: La risicoltura negli USA La risicoltura negli USA sorprende per le sue imponenti dimensioni e per la tecnica. Nei loro 300 anni di storia della risicoltura, gli USA hanno sviluppato le tecnologie più avanzate per la lavorazione del riso. L'Arkansas è il maggior produttore negli USA.	Opuscolo pagina 8
Diapositive 12 a 15: Il chicco di riso La pianta del riso ha una altezza compresa tra i 50 cm e il metro. All'estremità superiore della pianta si sviluppano le spighette (o fiori) che raggiungono una lunghezza che varia dai 30 ai 50 cm. Ogni pianta produce circa 150 fiori, nelle qualità più recenti anche fino a 300. Sono piante ermafrodite, ovverosia con impollinazione autonoma. Da quattro a cinque settimane dopo la fioritura il chicco raggiunge la piena maturazione. La pellicola argentea conferisce al chicco di riso il suo colore verde-giallognolo o bruno-rossastro. Essa contiene la maggior parte di minerali, oligoelementi e vitamine.	Opuscolo pagina 11

Diapositive 16 a 18: Lavorazione **Riso greggio o paddy**, così sono chiamati i chicchi che dopo la trebbiatura e l'essiccazione sono ancora rivestiti dalle dure glumelle. In questa fase, l'embrione può germinare, per cui i chicchi sono adatti par la semina. Non sono però ancora utilizzabili in cucina. Il **riso semigreggio**, conosciuto anche come riso integrale, viene chiamato ugualmente «brown rice» o «cargo rice». Il chicco, composto da amido di riso e dall'embrione, in questa fase è rivestito e tenuto insieme solo dalla pellicola argentea. Le glumelle sono già state rimosse nel mulino. Il **riso bianco** si ricava dall'ulteriore lavorazione del riso semigreggio. Dopo una eliminazione, nonché la selezione in base alla larghezza e allo spessore, viene rimossa per abrasione la pellicola argentea. Quando dal riso vengono eliminati anche gli ultimi residui polverosi dell'abrasione, si parla di riso sbiancato. Il trattamento e la raffinazione delle diverse varietà di riso avviene in maniera completamente automatizzata seguendo le più severe norme igieniche. I sottoprodotti del riso come il grano verde, la farina di mondatura, i chicchi fratturati e chicchi neri vengono trasformati in mangimi per animali o farina di riso e quindi completamente riutilizzati. Infine, il riso viene immesso in silos o imballato in sacchi per il magazzinaggio. Dopo circa otto mesi viene passato ad un ulteriore processo di sbiancatura e di selezione, e confezionato per il consumatore finale. Durante la raffinazione viene rimossa per abrasione anche la pellicola argentea. Per preservare i preziosi ingredienti e le preziose vitamine è stato inventato il procedimento «parboiling». Il riso parboiled presenta quasi lo stesso tenore nutritivo del riso integrale.	Opuscolo pagine 11/12
Diapositive 19 a 22: Il procedimento «parboiling» Rappresentazione schematica: vitamine e minerali contenuti nella pellicola argentea. Nel procedimento «parboiling» tramite il metodo del sottovuoto viene rimossa tutta l'aria dal riso greggio. Messo in ammollo in acqua tiepida il riso libera le vitamine e le sostanze minerali contenute nel germoglio e nella pellicola argentea. Ora le sostanze idrosolubili vengono nuovamente pressate all'interno del chicco di riso tramite vapore acqueo e alta pressione. Nuovamente sottoposto a vapore bollente l'amido della superficie del chicco di riso si indurisce. Le sostanze nutritive rimangono così nel chicco.	Opuscolo pagina 12

Diapositive 23 e 24: Commercio Il riso è sia una materia prima che un bene commerciale. Si esporta solo circa il 10 % dei raccolti. Oltre il 90 % del riso coltivato viene consumato a livello locale. Il riso da esportazione viene negoziato in borsa in tutto il mondo. La più importante borsa del riso si trova a Vercelli, in Piemonte (Italia).	Opuscolo pagina 15
Diapositiva 25: Sostenibile ed equo Per favorire metodi di coltivazione del riso a basso impatto climatico ed ecologici, migliorare le condizioni di vita dei risicoltori e poter pagare prezzi equi, varie organizzazioni hanno lanciato negli scorsi anni dei progetti di sostegno. I riso è l'alimento di base più importante del mondo. Molte famiglie di risicoltori si affidano alla coltivazione del riso per garantire la propria esistenza. L'economia svizzera del riso è interessata a qualità di riso sostenibili e prodotte in maniera equa e la domanda di riso sicuro e di alta qualità è elevata.	Opuscolo pagina 17
Diapositiva 26: Varietà di riso Sostanzialmente si differenzia tra riso a chicchi tondeggianti, riso a chicchi medi e riso a chicchi lunghi.	Opuscolo pagina 19
Diapositive 27 a 29: Prodotti a base di riso Il riso è versatile, come dimostrato non solo dalle molte varietà diverse bensì anche dai prodotti derivati dal riso. Il riso può infatti essere anche bevuto.	Opuscolo pagina 19
Diapositive 30 a 32: Il riso è … Il riso non è soltanto un alimento di base bensì anche un «tuttofare» che interpreta il ruolo principale in molte cucine del mondo. A tutto ciò si aggiunge che il riso è straordinariamente ben digeribile. Il riso riscuote grande successo anche tra i seguaci della cucina vegetariana e vegana. Non ci sono quindi davvero limiti al piacere di gustare il riso.	Opuscolo pagina 21
Diapositiva finale	