**TONNO IN SCATOLA: 1 ITALIANO SU 2 LO MANGIA OGNI SETTIMANA**

**“SPAGHETTI CON IL TONNO” LA RICETTA PREFERITA**

*Un’indagine commissionata dall’ANCIT (Associazione Nazionale Conservieri Ittici) alla Doxa fotografa la passione degli italiani per il tonno in scatola, vero e proprio must per sportivi e under 25.*

Sano, nutriente, ricco di proteine nobili, facile da preparare, versatile e allo stesso tempo economico. Oggi il tonno in scatola rappresenta sempre di più un simbolo per l’alimentazione dei nostri connazionali: **1 italiano su 2** (43%) **lo mangia ogni** **settimana**.E soprattutto in estate quando si registra il picco dei consumi che nel 2013 hanno raggiunto i 2,2 kg pro capite.A raccontarlo è un’indagine commissionata dall’**ANCIT - Associazione Nazionale Conservieri Ittici** alla **Doxa** cheha fotografato il vissuto e la conoscenza degli italiani rispetto ad un prodotto presente nel **94% delle nostre case**.

Il tonno **piace soprattutto agli under** **25** e alle **famiglie dove ci sono i bambini**. Anche in virtù dei suoi importanti valori nutrizionali, come le proteine nobili, gli omega 3, lo iodio – di cui la popolazione italiana è carente - e la lisina. Un capitolo a parte merita la passione degli sportivi per questo pesce in conserva**: 7 su 10 lo considerano l’alimento ideale per mantenersi in forma** (insieme acarni bianche, legumi, yogurt magro e bresaola).

“*Il tonno in scatola conservato sott’olio o in salamoia -* **afferma il Prof. Migliaccio** *- è un alimento prezioso per tutta la famiglia, ed in particolare per chi pratica attività sportiva a livello amatoriale o anche agonistico. Infatti fornisce un’eccellente quantità di proteine che sono di elevato valore biologico, cioè apportano una quantità di amminoacidi essenziali e non essenziali ottimale per ottenere ed incrementare la sintesi proteica. Questa garantisce il tono e l’efficienza dell’apparato locomotore ed è fondamentale anche per la sintesi di ormoni e neurotrasmettitori, indispensabili per ottimizzare tutto il lavoro muscolare.”*

**GLI “SPAGHETTI CON IL TONNO” IL PIATTO PIU’ AMATO DAGLI ITALIANI**

Spostandoci sul versante gastronomico scopriamo che quella con il tonno è al terzo posto tra le paste con cui gli italiani hanno compiuto il **battesimo ai fornelli**, che vede in testa la pasta **“al pomodoro”** seguita dalla “**carbonara”.**

E il piatto a base di tonno preferito dagli italiani?Al primo posto troviamo gli ***spaghetti con il tonno***, seguito a ruota da ***insalata di riso*** e ***insalata di tonno***, due cardini del cibo light e fast tipico della bella stagione. Quanto agli ingredienti con cui abbinarlo, tonno mai senza... pomodoro**: per 1 italiano su 3 (31%)**è questo è l’ingrediente con cui viene più utilizzato in cucina. Subito dietro troviamo **pasta** (27%), **riso** (16%), **uova** (9%), **peperoni** (4%) e infine **carciofi** (3%).

**GLI ITALIANI E LA CULTURA DEL TONNO: VERITA’ E FALSI MITI DA SFATARE…**

Per quanto riguarda la conoscenza dei consumatori di questo pesce, se da una parte ci sono buone notizie – gli italiani percepiscono che è un prodotto adatto a tutta la famiglia e ne riconoscono le indubbie qualità nutrizionali – l’indagine DOXA/ANCIT ci dice che c’è ancora molto da fare per sfatare alcuni falsi miti su questo alimento: il 63% degli italiani pensa infatti che il tonno sia una specie in via di estinzione e il 57% che abbia meno proprietà del tonno fresco. In realtà è vero esattamente il contrario perché non solo il tonno in scatola mantiene intatte le sue caratteristiche, anzi, è soggetto a controlli più estesi, frequenti e puntuali lungo tutta la filiera rispetto al tonno commercializzato fresco. E questo proprio per garantire il massimo della qualità e dell’apporto nutrizionale.

**Ufficio stampa ANCIT - Associazione Nazionale Conservieri Ittici e delle Tonnare**

**INC – Istituto Nazionale per la comunicazione**

Simone Ranaldi

06 44160883; 3355208289; s.ranaldi@inc-comunicazione.it