

Muffa, che fare?

Situazione al
03/2018

Chi non conosce quelle macchie colorate che si formano talvolta sul pane, la marmellata o altri cibi? Forse, però, non tutti sanno che queste muffe possono sviluppare pericolosi veleni, le cosiddette micotossine.

E allora, che fare quando la muffa compare sugli alimenti? Occorre buttare via tutto o basta recidere la parte contaminata?

Pane

Il pane rancido dovrebbe finire immediatamente nel compost. Se ne possono recuperare le parti sane, eliminando quelle infestate, solo se la formazione della muffa è ancora allo stadio iniziale. Tutto il resto dev'essere gettato senza indugio.

La cassetta del pane dovrebbe essere pulita regolarmente, meglio se con un po' d'aceto. La muffa s'insedia preferibilmente negli angoli e negli interstizi dei contenitori. Dato che il calore favorisce la proliferazione di batteri e funghi, in estate si consiglia di tenere il pane (soprattutto quello bianco) in frigorifero; il pane di segale conservato in frigo diventa però presto stantio.

Formaggi e derivati del latte

Le muffe che disegnano le venature bluastre su gorgonzola e roquefort sono innocue e danno il sapore tipico di questi formaggi. Anche lo strato bianco che riveste il camembert è un fungo naturale e innocuo. Tuttavia i formaggi possono essere contaminati da muffe d'origine sconosciuta. Se il prodotto che avete in frigo presenta macchie anomale, non esitate a eliminarlo.

Nel caso dei formaggi stagionati (duri) è sufficiente rimuovere la parte ammuffita. Yogurt e ricotta non

sono più commestibili anche solo ai primi accenni di ammuffimento: le tossine contenute nella muffa si propagano infatti con particolare rapidità nei cibi umidi.

Confetture

Lo zucchero presente nella marmellata o nella confettura si lega con l'acqua impedendo la formazione di tossine. La muffa che compare sulla superficie di una confettura può essere perciò eliminata salvando il resto del prodotto. Il problema si pone invece per le confetture dietetiche o comunque a basso contenuto di zucchero che, in presenza di muffe, devono essere gettate via subito (eventualmente nel compost).

Frutta, verdura e succhi

Basta anche una sola macchiolina di muffa in superficie per guastare l'intero contenuto di una bottiglia e renderne necessaria l'eliminazione. In presenza di tracce di muffa si consiglia di gettare anche frutta e verdura dalla polpa succosa, come pesche o pomodori. Le muffe possono annidarsi senza essere riconosciute anche negli ortaggi e nella frutta marcia. La mela bacata può essere tuttavia recuperata tagliando via completamente la parte marcia o ammuffita.

Noci

Le noci del Parà, ma anche i pistacchi e le nocciole sono soggette alla contaminazione da aflatossine (sostanze velenose presenti nella muffa) che in casi estremi possono risultare persino cancerogene. I bambini non dovrebbero perciò mangiarne troppe. Si raccomanda inoltre di non ingerire noci e nocciole amare o con uno strano sapore.