

Hamburger o steak di carne macinata?

Hamburger o steak di carne macinata, diversi ma uguali? In Svizzera la definizione è piuttosto vaga. Le analisi mostrano valori più elevati di grassi e di sale nella seconda.

Bistecche (o steak) di carne tritata e hamburger di manzo - cibi prediletti dai bambini e prodotti ideali per le grigliate estive - sono in commercio già da tempo. Sono venduti freschi o congelati e ce n'è per tutti i gusti e di tutte le dimensioni. Dodici prodotti freschi sono stati inviati al laboratorio.

Obiettivo delle analisi: conoscere il livello di proteine, di materia grassa e di sale e cercare eventuali batteri in questo alimento particolarmente deperibile.

Quadro rigoroso

Il "Grand Larousse gastronomique" definisce l'hamburger "una bistecca di carne macinata rotonda e spessa, che co-






stituisce un elemento base del tradizionale barbecue americano". La carne macinata e l'hamburger sarebbero quindi identici in Francia: carne di manzo macinata e modellata.

In Svizzera, il "Manuale delle buone prassi per carne e prodotti carnei di qualità" consente di aggiungere molti ingredienti: grasso o pancetta, acqua, sale da cucina, spezie, additivi e altri ingredienti, come pane grattugiato o salsiccia, a seconda della ricetta scelta.

Un hamburger deve contenere almeno l'80% di carne. Mentre non c'è un limite per la bistecca di carne tritata. Per esempio, la bistecca di macinata Piccante che ne contiene il 79%. In testa all'elenco

degli ingredienti, tutti devono recare la denominazione "preparato a base di carne", poiché solo una carne macinata e modellata pura, contenente meno dell'1% di sale aggiunto, può essere chiamata "carne" (Black Angus Burger e Hacksteak di Bell). Per scegliere un prodotto di qualità, è meglio affidarsi alle informazioni sul lato posteriore della confezione piuttosto che al nome accattivante del lato anteriore.

La carne macinata è una derrata molto deperibile: l'umidità e le proteine creano un ambiente ideale alla proliferazione di batteri e, macinando il prodotto, l'area da colonizzare aumenta. Questo alimento

					
	BEEFBURGER Manor	HACKSTEAK STEAK MACINATA Bell	BEEFBURGER Naturaplan	POLPETTE MACINATA DI MANZO Migros Bio	STEAK MACINATA DI MANZO Naturafarm
Distributore	Manor	Coop	Coop	Migros	Coop
Confezione (pezzi)	1	2	2	2	4
Peso (g.) Porzione (g.)	134 ⁽¹⁾ 134 ⁽¹⁾	240 120	200 100	230 115	280 70
Prezzo (fr.) Prezzo/kg (fr.)	3.70 27.50	6.95 28.96	6.50 32.50	6.30 27.39	7.75 27.68
Additivi e aromi (25%)	+	+	+	+	+
Grassi (25%)	+	●	●	▲	●
Sale (25%)	+	+	●	●	●
Proteine (20%)	+	●	●	●	▲
Batteriologia (5%)	●	●	●	+	▲
GIUDIZIO GLOBALE (%) *	87,8	77,6	70,1	67,5	60,2

* 100% = prodotto ideale

Prezzi indicativi basati sui dati forniti in negozio.

⁽¹⁾ Peso variabile.

⁽²⁾ Con la salsa.

- + Molto buono
- Buono
- Soddisfacente
- ▲ Poco soddisfacente
- ▲ Insufficiente



deve sempre essere conservato nella parte più fredda del frigorifero, di solito il ripiano inferiore. Se è fresca, la carne dovrebbe essere consumata il giorno stesso. Se invece è preconfezionata, terrà più a lungo. Il produttore la lavora in un locale ultra igienico e la condiziona automaticamente, senza intervento umano. Una miscela di ossigeno e CO2 oppure dell'azoto sostituiscono l'aria nella confezione, conferendo al prodotto un bel colore rosso. L'etichetta deve quindi indicare "confezionato in atmosfera protetta", specificare la temperatura di conservazione e ricordare che la carne deve essere cotta correttamente, poiché la sua colorazione può mascherare dei deterioramenti.

Nei prodotti scelti per il test, i campioni di Lidl e Aldi sono positivi al test della listeria e il numero di germi aerobici del Naturafarm di Coop indica un problema nella catena di produzione, senza tuttavia essere pericoloso per la salute.

Verdetto chiaro

I risultati del laboratorio evidenziano che gli hamburger più costosi sono di migliore qualità. Due delle tre bistecche di carne macinata sono finite in fondo alla classifica, soprattutto a causa di un elenco eccessivamente lungo di additivi e aromi. Il prodotto bio di Migros se la cava bene, anche se è troppo grasso. Il Naturafarm di Coop è penalizzato per le dimensioni delle

porzioni, che sono molto piccole, e per il suo basso contenuto di proteine per porzione. In testa della classifica vi è il Beefburger di Manor (da non confondere con il suo omologo all'erba cipollina, non testato) che ottiene un ottimo risultato. Viene macinato e confezionato sul posto dalla macelleria del negozio. A dimostrazione che niente batte una preparazione fatta dal macellaio sotto i tuoi occhi. E non c'è bisogno di preoccuparsi, l'hamburger resiste bene alla cottura, senza sbriciolarsi.

@FRC MIEUX CHOISIR (TRADUZIONE TF)
FOTO JL BARMAYERAIN

Astuzie culinarie

Ciò che rende buono un hamburger sono la carne e il pane. Sempre più spesso, piccole panetterie offrono dei "bun" (panini per hamburger): da provare, perché sono migliori di quelli industriali. Per quanto riguarda gli ingredienti, ognuno ha i suoi gusti. Ma non bisogna esitare ad essere creativi! E la salsa versatela sul pane, in modo che si impregni, non tra due foglie di insalata. Vi sporcherete meno le mani!

BURGER MANZO Prix Garantie	BURGER DI MANZO M-Budget	BLACK ANGUS BURGER (2) BBQ	POLPETTE MACINATA DI MANZO M-Classic	BEEF BURGER Denner	BEEFSTEAK MACINATA PICCANTE Migros	HAMBURGER Bonvalle
Coop	Migros	Aldi	Migros	Denner	Migros	Lidl
2	4	4	2	2	2	4
200 100	400 100	480 120	202 101	200 100	240 120	400 100
2.75 13.75	5.50 13.75	9.99 20.81	3.35 16.58	3.95 19.75	5.30 22.08	2.99 11.96
+	▲	●	▲	▲	▲	▲
▲	●	▲	●	▲	●	▲
▲	●	●	●	●	●	●
●	●	●	●	●	●	●
+	+	●	+	+	●	●
○	○	○	○	○	▲	▲
57,9	53,2	52,6	45,8	44,3	39	37,9

Giudizio globale: ■ buono ■ sufficiente ■ insufficiente