

IL RISO ROSA, O RISO OSTIGLIATO

Le peculiarità dei risi pigmentati sono note, in virtù degli effetti nutrizionali benefici legati al pigmento del pericarpo che ricopre il loro chicco. Nel caso del riso rosso, parliamo nello specifico di pro-antocianidine, appartenenti alla classe dei polifenoli. Questi pigmenti sono in grado di svolgere un'azione antinfiammatoria ed inoltre, il maggior contenuto di fibra legato al prodotto integrale, svolge un'azione prebiotica, favorendo la crescita e l'attività di specie batteriche positive per il benessere digestivo dell'organismo ospite. Il riso rosa, nello specifico, o riso Ostigliato, si ottiene da una lavorazione intermedia tra l'integrale ed il riso lavorato bianco, subendo quindi meno passaggi abrasivi. In questo modo viene mantenuta parte della fibra *buona*, caratteristica dell'integrale e parte del pigmento rosso del pericarpo d'origine, coniugati alla riduzione del tempo di cottura, che in questo caso, risulta essere il target principale. Parlando di riso rosso, ricordiamo anche il fermentato, ossia riso che, fermentato con *Monascus Purpureus*, dal quale assume il pigmento rosso, origina Monacolina K, simil statina di sintesi ad effetto ipocolesterolemizzante. Nell'ambito dei risi pigmentati ed in questo specifico argomento, dei rossi integrali, un focus particolare va al primo rosso integrale in Europa, caratterizzato da

Grande Gemma, selezionato e distinto da Gemma di dimensioni maggiori, correlata ad incremento di Potassio, Vitamina E, Vitamina B6 e Fibra, incremento nutrizionale proporzionale alla dimensione della Gemma del granello intero (www.lugano.it *Functional Rice*) Questo riso, risorsa di fibra ad azione prebiotica, vitamine e minerali, può essere utilizzato per l'estrazione di olio, per la realizzazione di farine arricchite, Functional snack, ed anche adatto a processo parboiled o semilavorato, per la riduzione dei tempi di cottura.



Dr.ssa Martinotti Michela

Laureata in Scienze e Tecnologie Agrarie, presso Università Degli Studi di Milano. Corso di Perfezionamento in Nutrizione e Benessere presso il Dipartimento di Scienze Farmacologiche e Biomolecolari di Milano. Lavora per la Ditta Lugano Leonardo Srl di Tortona, al suo Distaccamento di Ricerca Applicata e Sviluppo, dove realizza attività di miglioramento genetico, tramite programmi di breeding classico e selezione varietale per caratteristiche agronomiche e nutrizionali, finalizzati alla realizzazione di risi funzionali