



PRANZO

Il cibo e il tempo

di Giulia Erba, Centro Studi Fipe

In Italia si parla tanto di cibo ma si cucina sempre meno per mancanza di tempo e si tende a mangiare sempre più in fretta. Per questo motivo i ristoranti hanno un ruolo fondamentale nella salvaguardia della cucina e della convivialità. Gli italiani tendono a mangiare "alla giornata", infatti **3 su 4 preparano i pasti giorno per giorno.**

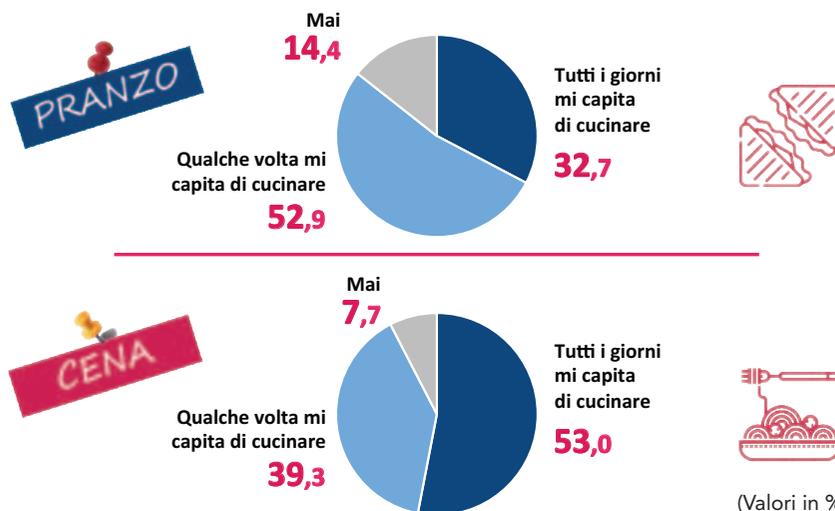
A pranzo si cucina sempre meno, solo 1 italiano su 3 si dedica a questa attività tutti i giorni, mentre per la cena si sale ad una percentuale del **53%**.

Gli italiani hanno poco tempo non solo per cucinare ma anche per mangiare: in media **meno di mezz'ora al giorno** viene dedicata al consumo dei pasti.



ITALIANI, POPOLO DI CUOCHI VIRTUALI... SEMPRE DI FRETTA

Nell'arco di una settimana quanto spesso le capita di cucinare?



Base campione: 1.111 casi. Solo coloro che non hanno risposto «mai» al consumo fuori casa.

Mangiare fuoricasa diventa quindi un'occasione anche per riscoprire il valore del tempo: il ristorante viene vissuto principalmente come luogo dove rilassarsi (per il 38,6%), e il 62,5% di chi pranza o cena fuoricasa si gode il pasto più di quanto non riesca a farlo tra le mura domestiche.

I minuti sono contati anche per le provviste settimanali: il 48,6% di coloro che fanno la spesa, da soli o in compagnia, dedica agli acquisti da una a due ore alla settimana. Il 50,1% preferisce effettuare spese di piccola entità, acquistando pochi prodotti alla volta, giorno per giorno.

Ma il cibo è anche motore di relazioni, il pranzo e la cena vengono vissuti in prevalenza come momento di relax dal 44,6% degli intervistati che per la quasi totalità vive il pasto come occasione per riunire la famiglia. Il legame con le tradizioni culinarie per gli italiani

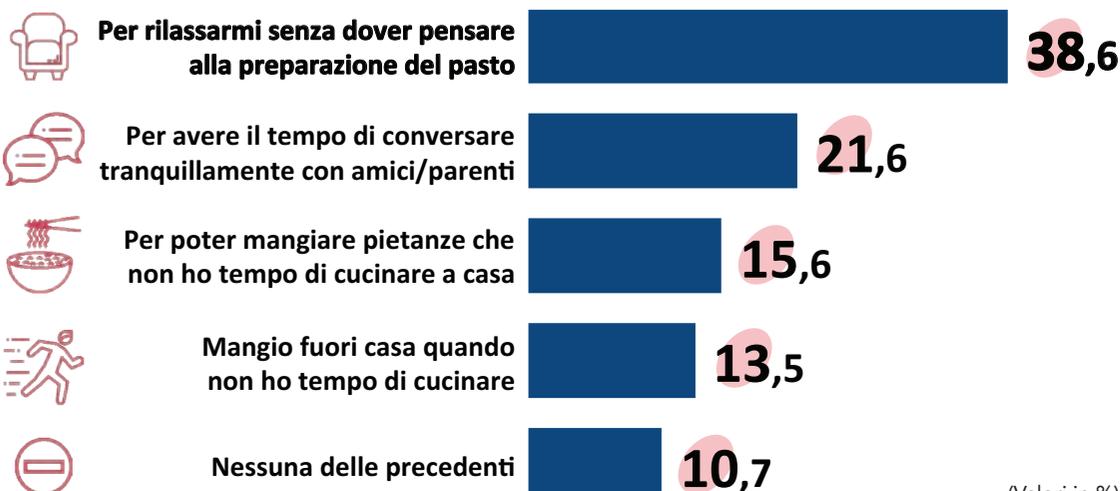


Nel caso in cui abbia acquistato prodotti per motivazioni di tipo etico o sociale, quale tipo di prodotti ha acquistato?



(Valori in %, risposte multiple)

Per quale motivo sceglie di mangiare fuori casa (es. al ristorante)?



(Valori in %)



PRANZO

è sempre forte: il 75% tramanda di generazione in generazione i piatti tipici di famiglia e per il 98% si tratta di ricette che "scaldano il cuore" evocando ricordi ed emozioni.

Il 46,1% dichiara di "porre maggiore attenzione alle ricette che prepara" o agli ingredienti che utilizza **quando cucina per i propri figli**.

Al di là della bontà, della provenienza o della notorietà di un marchio, la prima caratteristica che gli italiani cercano in un alimento è che sia salutare. Il dato è confermato dal fatto che su coloro che hanno dichiarato di occuparsi personalmente della spesa il 46,1% sarebbe disposto a pagare un prezzo del dieci per cento superiore alla media per acquistare un prodotto sicuro e di buona qualità.

Ben il 71,8% degli italiani durante la scelta del piatto da consumare si informa sulla qualità e la provenienza dei prodotti utilizzati. Parlando nello specifico del fuoricasa, per il 76% degli intervistati i ristoranti rispettano la propensione a consumare alimenti salutarì, di qualità e tenendo conto delle diverse esigenze nutrizionali.



62,1

Mi capita di consumare del cibo anche se scaduto da qualche giorno



46,6

Mi capita di acquistare del cibo in eccesso e di averlo gettato



91,1

Mi capita di congelare dei prodotti per evitarne il deterioramento



82,8

Mi capita di riutilizzare il cibo cucinato nei giorni precedenti per realizzare altri piatti

Anche la sostenibilità gioca la sua parte, sono meno della metà (il 41,6%) le persone che acquistano o consumano alimenti per motivazioni etiche o sociali, in ogni caso la tipologia di prodotti biologici, a chilometro zero e rispettosi

dell'ambiente è al primo posto (53,9%) nelle scelte di acquisto.

Solo al terzo posto si pone la scelta di alimenti "made in Italy", ritenuta prioritaria dal 42,4% degli intervistati. Non manca tuttavia chi sceglie in base al prezzo: il 45,6% ha dichiarato di avere scelto un prodotto alimentare piuttosto di un altro sulla base di questo criterio.

L'attenzione degli italiani agli aspetti di sostenibilità viene confermata anche dalla propensione a limitare lo spreco alimentare attraverso la conservazione e il recupero degli alimenti. La quasi totalità degli intervistati mostra infatti l'abitudine di "congelare i prodotti", l'82,8% riutilizza il cibo cucinato nei giorni precedenti per i pasti dei giorni successivi. Solo il 18,8% chiede di portare a casa il cibo e le bevande ordinati e non consumati.

IL CIBO È ANCHE E SOPRATTUTTO CULTURA

La tradizione batte l'innovazione uno a zero: il 64,4% del campione si definisce "conservatore" nella propria relazione con il cibo, mentre solo il 35,6% è orientato alla sperimentazione. In ogni caso per il 95% degli italiani il cibo è uno dei veicoli che fanno emergere e aiutano a tramandare le tradizioni di un popolo. Ad esempio il pranzo della domenica ha un valore simbolico nell'immaginario collettivo, e il ristorante è un importante strumento di salvaguardia dell'identità culturale e alimentare del nostro popolo per l'83,5% degli intervistati. **M**