

Sapore di sale: come ingannare il palato

Data: Invalid Date | Autore: Roberta Lamaddalena



Secondo una ricerca realizzata da un gruppo di scienziati dell'Università della Borgogna, pubblicata recentemente sulla rivista International Dairy Journal, l'odore del sale potrebbe ingannare il palato e farci percepire i cibi più saporiti pur contenendo una ridotta quantità di sodio.[MORE]

La scoperta di chiama Oise, acronimo per Odour-induced saltiness enhancement, un vero e proprio potenziatore di salinità olfattivo. Lo studio dimostra che il profumo salino è in grado di far percepire come più saporito un formaggio o uno snack a basso contenuto di sodio, rendendolo più appetibile. Una bella svolta per i malati di ipertensione arteriosa costretti a consumare pasti insipidi e insapore, ma anche per le aziende produttrici di prodotti a basso contenuto salino.

Ogni giorno l'adulto italiano ingerisce in media circa 10 g di sale (cioè 4 di sodio), quasi dieci volte in più rispetto a quello fisiologicamente richiesto dal nostro organismo. Popolazioni asiatiche o indiane che non introducono sale aggiunto nella dieta, non soffrono infatti di ipertensione, né la loro pressione aumenta con l'età come avviene nei paesi occidentali.

Dunque se il sale fa male, il suo odore invece no. Questa potrebbe essere la svolta per un nuovo tipo di dieta sana e salutare che non rinunci al sapore.