

*Newsletter dicembre 2019*

A Sparta i pasti erano generalmente comunitari e il cibo era visto esclusivamente come nutrimento senza nessuna forma di gusto o di piacere.

Gli alimenti puntavano alla sobrietà ma al contempo dovevano essere molto nutrienti per gli uomini guerrieri di Sparta.

Sulle loro tavole non mancava mai la Maza, un pane a forma di piadina, fatta con la farina di orzo.

La Maza era il pane quotidiano, una volta raccolte le spighe di orzo, i chicchi venivano tostati e poi macinati per essere infine mescolati con acqua, olio e aromi speziati, si formavano così delle fini focacce che si lasciavano asciugare.

Ancora oggi, in alcune zone del mediterraneo orientale, nei mercati o in alcuni negozi tipici, troviamo le focacce fatte con la farina di orzo, retaggio di un'antica tradizione spartana.

La Fondazione Umberto Veronesi indica cinque punti che declinano il valore che il pane può assumere nell'ambito di una dieta sana ed equilibrata.

1 Il pane può essere consumato quotidianamente all'interno della dieta mediterranea, uno dei regimi alimentari che maggiormente riducono il rischio di malattie cardiovascolari e di alcuni tipi di tumore.

2 Nelle giuste quantità il pane non ingrassa, è fonte di fibre, fornisce senso di sazietà ed è salute per l'intestino.

3 Le linee guida della Società Italiana di Nutrizione prevedono che l'energia quotidiana per il nostro corpo debba derivare per il 45 - 60% dai carboidrati di cui il pane ne è buona fonte.

4 Il pane è parte integrante di un pasto sano, infatti, secondo i nutrizionisti della Harvard T.H. Chan School of Public Health, un piatto salutare e bilanciato è composto per metà da frutta e verdura, per un quarto da fonti proteiche e per un quarto da alimenti a base di cereali, tra cui il pane è uno dei migliori.

5 Il pane, per fare bene, deve essere ben fatto, ossia realizzato con prodotti di qualità, tra i quali prima di tutto le farine, inoltre, è opportuno prestare attenzione alle percentuali di sale utilizzato, tenuto conto che le linee guida internazionali esortano ad un consumo di sale inferiore ai 5 g al giorno.

La vendita del pane a domicilio è un'attività principalmente presente nei piccoli centri e nelle zone rurali.

Essa, se da un lato permette di generare nuovo lavoro, dall'altro è maggiormente soggetta, talvolta, a violare i principi di legalità.

Proprio per questo ricordiamo che la vendita presso il domicilio dei consumatori è prevista dall'articolo 4 del Decreto Legislativo n. 114/1998.

Per svolgere tale attività è necessario presentare una SCIA, ossia la Segnalazione Certificata di Inizio Attività.

Inoltre, tenuto conto che il pane è un alimento pronto al consumo, è necessario rispettare pedissequamente le regole generali di buona prassi igienica, il mezzo di trasporto deve rispettare tutte le norme igienico sanitarie previste per il trasporto di alimenti e deve essere notificato al SUAP del Comune di residenza.

Infine, il pane venduto attraverso la consegna a domicilio ha l'obbligo di vedere apposta sulla confezione l'etichetta con la relativa tracciabilità del prodotto e la persona fisica che materialmente consegna il pane deve essere munito di tesserino di riconoscimento.

Dal 1° gennaio 2020 scatterà anche per gli operatori con volume di affari inferiore a 400.000 euro il nuovo obbligo di memorizzazione elettronica e trasmissione telematica dei corrispettivi che sostituirà gli scontrini fiscali e le ricevute, questa, è già partita il 1° luglio 2019 per gli operatori con un volume d'affari superiore a 400.000 euro.

Per chi non è riuscito a dotarsi in tempo di un registratore telematico, la legge ha previsto una moratoria per le sanzioni che durerà massimo sei mesi.

Pertanto gli operatori con un volume d'affari superiore ai 400.000 euro dovranno necessariamente adempiere al nuovo obbligo entro il 1° gennaio 2020, tutti gli altri operatori avranno tempo di adeguarsi fino al 1° luglio 2020.

La nuova modalità di certificazione dei corrispettivi prevede l'impiego di due strumenti tecnologici, il registratore telematico e la procedura web gratuita dell'Agenzia delle Entrate.

Per l'acquisto del registratore telematico o per l'adattamento del vecchio registratore di cassa è concesso un contributo sotto forma di credito d'imposta pari al 50% della spesa sostenuta per un massimo di 250 euro in caso di acquisto, e di 50 euro in caso di adattamento.

Per chi omette di memorizzare e di trasmettere i corrispettivi o per chi effettua queste operazioni con dati incompleti o non veritieri, è prevista una sanzione pari al 100% dell'imposta relativa all'importo non correttamente documentato con un minimo di 500 euro.

E' prevista, inoltre, la sanzione accessoria della sospensione della licenza o dell'autorizzazione all'esercizio dell'attività.

Lo stop alla celiachia arriva dal glutine. Lo hanno scoperto i ricercatori della Northwestern Medicine iniettando una nanoparticella di glutine nei pazienti affetti dalla malattia.

Il nanodispositivo, biodegradabile, permette al paziente di imparare a riconoscere il glutine come una sostanza innocua evitando reazioni autoimmuni.

Durante la sperimentazione i pazienti celiaci hanno potuto così mangiare glutine per due settimane senza risentirne.

Semplificando al massimo il processo, la nanoparticella contenente glutine iniettata nel sangue viene subito captata dalle cellule immunitarie, i macrofagi, che letteralmente ingoiano il suo carico e avvertono le altre cellule immunitarie della sua innocuità e in tale modo si prevencono le reazioni avverse al glutine.

Il nanodispositivo è stato già posto al vaglio della FDA statunitense e sarà ora testato anche per altre tipologie di malattie autoimmuni e per le allergie alimentari.

*Per informazioni e approfondimenti contattare i numeri sotto indicati*