

**L'abbiamo portata in laboratorio per valutare la qualità del primo piatto più diffuso in Italia. Risultato? Una pasta di primo prezzo supera molte marche più famose. Anche alla prova del palato.**



**Con le mani  
in pasta**

**I**ndovinate un po': una pasta di primo prezzo mette in riga molte penne più famose. A dimostrazione che si può salvaguardare il portafoglio senza rinunciare alla qualità. La pasta, infatti, non è solo protagonista della dieta mediterranea. Da qualche mese si è trovata al centro della questione caro-vita: i prezzi aumentano, i consumatori si lamentano, le aziende si giustificano. E la pasta è presa come metro di misura: se aumenta questo genere di consumo, considerato primario (e quindi intoccabile) per tutte le famiglie, si può facilmente immaginare quanto il rincaro colpisca ogni servizio o prodotto. In primis alimentare.

L'aumento del costo della pasta non è solo un teorico specchio del mercato: i centesimi caricati in più su ogni singola confezione colpiscono direttamente il nostro portafoglio. La pasta infatti ci piace (nel 2007 abbiamo prodotto più di 3.000.000 di tonnellate) e - a tavola - non ci risparmiamo: ogni italiano consuma a testa 28 kg di pasta all'anno. Pensate: i francesi non arrivano a 8 kg; gli inglesi ne mangiano appena 2 e mezzo. Tradotto in euro, la spesa di una famiglia media italiana (composta da 2,7 persone) per penne e spaghetti può arrivare anche a 200 euro all'anno.

In mezzo a tanti calcoli e a molte polemiche si inserisce il nostro test, che ha come obiettivo quello di valutare anzitutto la qualità di ciò che compriamo. Ma non solo. Tra prove di laboratorio e di degustazione, abbiamo individuato le penne con il miglior rapporto tra qualità e prezzo.

## Solo di grano duro

Oggi si parla di pasta soprattutto legandola al problema dell'aumento dei prezzi, ma in passato - ciclicamente - sono circolate voci allarmanti circa la possibilità di trovare in vendita alcuni tipi di pasta prodotti con grano tenero, di qualità nettamente inferiore. Va detto che le paste prodotte in Italia rispettano l'indicazione di legge che prevede esclusivamente l'impiego del grano duro (più ricco di glutine e quindi più adatto alla preparazione della pasta). Quest'obbligo non esiste però all'estero, dove è possibile usare il grano tenero, più adatto invece per fare il pane e i prodotti da forno.

In Italia è raro - ma è certamente possibile - trovare qualche prodotto d'importazione: se l'ingrediente usato per l'impasto è il grano tenero comunque deve essere riportato obbligatoriamente e in modo visibile sulle confezioni.

## Penne a confronto

Scaffali interi dedicati alla pasta: basta dare un'occhiata a un supermercato qualsiasi per capire la passione degli italiani per il primo piatto.

Fate un giro per i corridoi: oltre a spaghetti, mac-

cheroni e tagliatelle scoprirete le paste speciali (con l'aggiunta di altri ingredienti, come le verdure), i formati più strani (gli amorini, le mafaldine, i gomiti o le pernicette), quelle dietetiche (per diabetici, celiaci, malati di cuore).

Noi - tra tanta scelta - abbiamo deciso di testare una pasta secca tradizionale: le penne rigate, il formato corto più venduto in Italia.

Abbiamo selezionato 28 campioni, facendo attenzione a inserire sia le marche più conosciute e pubblicizzate sul mercato, incluse alcune diffuse solo a livello ▶

## Nel piatto ogni giorno

La pasta è alla base della piramide alimentare e alternandola a pane, riso e patate va consumata ogni giorno. Questa etichetta offre informazioni nutrizionali complete, anche per porzione.

VALORI NUTRIZIONALI MEDI			
	100g	85g*	
VALORE ENERGETICO	kcal 350	kcal 298	
	kJ 1467	kJ 1264	
PROTEINE	g 12,0	g 10,2	
CARBOIDRATI	g 72,2	g 61,4	
di cui ZUCCHERI	g 1,0	g 0,9	
GRASSI	g 1,5	g 1,3	
di cui ACIDI GRASSI SATURI	g 0,3	g 0,3	
FIBRA ALIMENTARE	g 3,0	g 2,6	
SODIO	g 0,002	g 0,002	

Tabella elaborata in conformità a il lgs. 77/93  
\*85g = esempio di una razione



## Ospiti sgraditi

Non è bello trovarli nel sacchetto della pasta. Ma non sono nocivi. Gli insetti e le farfalline che infestano le confezioni sono frutto di un cattivo stato di conservazione della pasta (nel magazzino di stoccaggio o sullo scaffale del supermercato) o di igiene scarsa (nel mulino o nel pastificio). Questi animaletti passano facilmente da una confezione all'altra (riescono a forare i sacchetti e le scatole di cartone). Per evitare il problema conservate la pasta in barattoli di vetro o plastica ermeticamente chiusi in un luogo fresco e asciutto. Se li trovate nella dispensa, invece, buttate via le confezioni di pasta e disinfettate bene l'armadio.



## Cosa c'entra il bronzo?

Durante la lavorazione, l'impasto viene spinto attraverso tubi (chiamati trafilè) di bronzo (un materiale in grado di sopportare le pressioni presenti) con fori diversi a seconda del formato desiderato. I fori di uscita possono essere in bronzo o ricoperti di materiale plastico (teflon). Se la pasta passa dalle trafilè in teflon assume un colore più brillante e un aspetto liscio.

La trafilatura al bronzo conferisce alla superficie della pasta maggiore porosità, rendendola più ruvida e opaca e migliorandone l'assorbimento dei condimenti. Anche l'affermazione "essiccata lentamente" è molto gettonata.

Ma che cosa significa? L'essiccazione è una delle fasi di lavorazione della pasta: un processo lento, abbinato a una semola di prima scelta, dovrebbe in effetti dare risultati migliori dal punto di vista del palato e nutrizionale.



- ▶ regionale, sia i prodotti a marchio commerciale e quelli venduti nei supermercati discount.
  - *Etichetta senza ingredienti.* Le indicazioni obbligatorie ci sono tutte: la definizione sulle confezioni è sempre corretta (pasta di semola di grano duro) ed è riportato il peso netto. Idem per la data di scadenza e il numero del lotto. Non manca mai il nome e la sede del produttore o del distributore.

## Tra le impurità rilevate dal test c'è perfino un pelo di roditore

Non tutti si prendono, invece, la briga di specificare l'elenco degli ingredienti (acqua e semola). In realtà quando l'acqua aggiunta a un prodotto alimentare non supera il 5% in peso del prodotto finito, può essere omessa dall'elenco degli ingredienti. Escludendo l'acqua, dunque, il prodotto è costituito da un solo ingrediente (la semola di grano duro), che non

deve obbligatoriamente essere riportato sulla confezione se la denominazione di vendita è identica al nome dell'ingrediente (come in questo caso, pasta di semola di grano duro).

Per farla breve, i produttori possono omettere senza problemi l'elenco degli ingredienti. A noi però non piace molto: non segnalarli è comunque una mancanza di trasparenza nei confronti dei consumatori. Non tutti poi sono a conoscenza di questa eccezione nell'etichettatura: come può chi acquista sapere il motivo per cui su alcuni pacchetti di pasta è riportato l'elenco e su altri no? In tabella abbiamo dunque scelto di penalizzare le etichette prive degli ingredienti (anche se complete di tutte le informazioni obbligatorie per legge), dando loro un giudizio solo sufficiente.

- *A quando la data?* Un'informazione facoltativa che ci piacerebbe trovare sui pacchi di pasta è la data di produzione. È vero, non è obbligatoria, ma consentirebbe al consumatore di conoscere quando è stato prodotto ciò che acquista. Nessuno però la mette.



## Istruzioni per una cottura perfetta

La pasta si cucina in acqua abbondante, bollente, salata: così spiegano tutti i libri di ricette. Per raggiungere la cottura perfetta, usate qualche accorgimento in più.

- L'acqua deve essere abbondante perché la pasta si possa distribuire bene e non incollarsi insieme. Seguite queste quantità: un litro d'acqua ogni 100 g di pasta. Meglio comunque non scendere sotto i 500 ml ogni 100 g di pasta.

- Passiamo al sale. La dose tradizionale è di 10 g ogni litro d'acqua. Questa quantità può essere però ridotta se il sugo è piuttosto salato. Il sale si aggiunge all'acqua, al momento dell'ebollizione, prima di buttare la pasta. Aggiungerlo prima dell'ebollizione significa rallentarla. Prima di buttare la pasta aspettate che l'acqua torni a bollire e che il sale sia completamente sciolto.

- Quando l'acqua bolle, buttate la pasta e mescolatela subito con un cucchiaio di legno o un forchettone. Alzate quindi la fiamma al massimo: servirà a mantenere viva l'ebollizione ed evitare che si interrompa a

causa dell'abbassamento della temperatura. Ripresa l'ebollizione, abbassate la fiamma, per non far uscire l'acqua dalla pentola.

- Al dente, così si indica la cottura perfetta della pasta. Per riuscirci seguite le indicazioni riportate sulla confezione a seconda del tipo di pasta. Una volta cotta, scolatela con rapidità: la cottura, infatti, continua quasi fino al suo raffreddamento. Usate uno scolapasta e scuotetelo ripetutamente e con energia, perché non rimangano residui di acqua che possono alterare il sapore dei sughi. Ci sono però delle eccezioni: a volte un po' di acqua di cottura può essere utile per diluire sughi particolari (come il pesto alla genovese o condimenti con ricotta o cacio).

- Per fermare la cottura, quando la pasta è pronta, c'è chi aggiunge un po' di acqua fredda nella pentola. In realtà in questo modo si determina un arresto della cottura troppo brusco. Il nostro consiglio: è meglio fare piuttosto velocemente, condire immediatamente e servire la pasta quando è ancora molto calda.

Sul nostro sito periodicamente monitoriamo il costo della pasta ed evidenziamo gli aumenti consistenti e le eventuali differenze di prezzo.

■ **Informazioni nutrizionali.** Il numero di porzioni (non obbligatorie) compare - raramente - su qualche pacco di pasta. Le informazioni nutrizionali di base ci sono sempre: solo Barilla, Rummo Lenta lavorazione, Auchan, Novella (In's) e Sma mettono la tabella nutrizionale anche per porzione (100 g): da prendere come esempio.

## Promosse in laboratorio

La legge vieta espressamente ai produttori l'uso di sfarinati di grano tenero per la produzione della pasta secca. Noi abbiamo verificato se tutti rispettano l'obbligo. Non ci sono state brutte sorprese.

Siamo andati oltre: con una prova speciale abbiamo misurato il contenuto totale di proteine. A che cosa serve questa ricerca? Il contenuto di proteine evidenzia il quantitativo di glutine, indice della qualità della pasta: più il tenore di proteine è alto, più si evita la collosità e le penne riescono a tenere la cottura. Il glutine infatti forma un reticolo proteico in grado di trattenere l'amido e migliorare le prestazioni in

cottura della pasta. Il tenore minimo in proteine per legge è pari al 10,5%: tutti i nostri campioni lo superano. Più di metà dei prodotti riceve un giudizio ottimo: le penne rigate De Cecco brillano per il valore più alto (15,53%).

■ **Trattamento termico.** La tecnologia di produzione della pasta prevede diverse fasi e può influire sulle caratteristiche qualitative del prodotto finale. Il processo di essiccazione può essere valutato misurando la quantità di fufosina presente nella pasta. In poche parole, la fufosina è un indicatore che permette di capire se c'è stato un eventuale danno termico (con conseguente diminuzione del valore nutrizionale) subito dalle penne nel corso dell'essiccamento. Per farla semplice, meno fufosina c'è, migliore è il prodotto che mangiamo.

De Cecco e Delverde hanno i valori più bassi e ottengono un giudizio ottimo. Coop invece ha quello più alto. Giudizio buono per più della metà dei nostri campioni.

■ **Microbiologia.** La pasta non è l'habitat adatto per i microrganismi. Si tratta di un prodotto secco e come tale poco ospitale: la cottura in acqua bollente neutralizzerebbe comunque qualsiasi microbo o muffa. Con questa prova tuttavia abbiamo verificato le condizioni igieniche di quello che ci mettiamo nel piatto. Tutti promossi.

■ **Impurità.** Siamo andati a caccia di sporcizia. Come? Grazie al Filth test, una prova di laboratorio che consente l'individuazione di materiali estranei che possono ritrovarsi negli alimenti a seguito di una contaminazione avvenuta in fase di lavorazione o durante la permanenza sugli scaffali. La causa possono essere roditori, insetti e altri animali. Ma non solo: anche tecniche di conservazione e imballaggio igienicamente non soddisfacenti possono essere colpevoli. Non allarmatevi: trovare frammenti di insetti nella farina è piuttosto normale. In alcune legislazioni (come quella americana) è addirittura data per scontata la presenza di resti impercettibili di insetti, entro un determinato limite. In generale si può dire che la pasta è un prodotto pulito e le moderne tecnologie hanno consentito di migliorare molto i livelli igienici.

I risultati del Filth test effettuati sui nostri campioni sono nel complesso positivi: quasi la totalità delle paste ha ottenuto un voto ottimo. Solo in cinque campioni abbiamo riscontrato delle impurità. Di che cosa si tratta? De Cecco e Carrefour nascondono frammenti di fibre sintetiche. Buitoni, la Molisana, Coop primo prezzo qualche frammento di insetti. Niente se paragonato a quello che è stato trovato nella pasta Russo di Cicciano: un pelo di roditore. Di fronte a una così evidente carenza nelle basilari regole di igiene, non potevamo che dare un voto pessimo alle penne del pastificio napoletano.

ocar o sal em agua fervente. 2 - Colocar a massa e mexer. Cozinhar segundo da embalagem. 3 - Escorrer a agua da massa, condimentar e

**TEMPI DI COTTURA Al dente: 7 min. - Ben cotta: 9**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ: ПОЛОЖИТЕ МАКАРОНЫ В КИПЯЩУЮ ВОДУ (500 Г НА 5 ЛИТРОВ ВОДЫ). ПО

### Tempo al tempo

Alcuni produttori segnalano due tempi di cottura per avere la pasta ben cotta o al dente.

Per non scuocerla una volta pronta, c'è chi aggiunge acqua fredda nella pentola. In realtà così si favorisce un brusco arresto della cottura, che non giova: meglio scolare, condire e servire la pasta velocemente.

*Ingredienti: Semola di grano duro.*

**ISTRUZIONI DI COTTURA:** versate la pasta in acqua bollente salata (1 litro d'acqua, 8 g di sale per 100 g di pasta) e fate cuocere per 11 minuti. Conservare in luogo asciutto e lontano da fonti di calore.

### Niente è scontato

Non tutte le confezioni riportano le istruzioni di preparazione. Invece per qualcuno potrebbero essere utili: quella nella foto per esempio spiega molto bene come cuocere correttamente le penne e in quanta acqua.

**0 • PENNE ZITI RIGATE**

*Origine: Campania*

**Cottura : 10 minuti normale**

### Un po' di confusione

Sulla confezione si legge lo strillo "origine Campania". In realtà non si capisce a che cosa sia riferito, forse al grano? La sede del pastificio infatti è in Molise, a Campobasso.

## ► Parola ai cuochi

Al di là delle prove di laboratorio, la qualità della pasta si misura nel piatto: la nostra prova di degustazione è partita proprio da questa premessa. In una scuola di cucina e con l'aiuto di cuochi esperti abbiamo valutato anzitutto che il tempo di cottura dichiarato in etichetta fosse effettivamente quello necessario a cuocere le penne. Per capirlo abbiamo scolato la pasta rispettando scrupolosamente i tempi riportati sulla confezione: spesso sarebbe servito qualche minuto in più. Solo in pochi casi seguendo i minuti indicati sul sacchetto abbiamo invece servito un piatto di penne scotto.

La capacità di tenere la cottura non è solo una questione di tempi, ma anche di quantitativo di glutine (quindi di proteine) contenuto nella pasta. Il merito va alla materia prima di più alta qualità e a un buon processo di lavorazione (a temperature basse). Abbiamo assaggiato le penne appena scolate; un secondo assaggio è stato fatto dopo 5 minuti: le penne migliori sono risultate De Cecco, Amato, Agnesi e Russo di Cicciano. Otto campioni ricevono un giudizio sufficiente; per gli altri i voti sono buoni, perché mantengono una giusta consistenza. Una volta nel piatto abbiamo valutato la gradevolezza dell'aspetto. Che faccia deve avere un piatto di

### PASTA: CLASSIFICA PER QUALITÀ

MARCA e denominazione	Formato (g)	Etichette	In laboratorio					In cucina					GIUDIZIO GLOBALE	Prezzi in euro min-max a confezione (gennaio 2008)	Prezzo in euro medio al kg				
			proteine	trattamento termico	impurità	microbiologia	TOTALE	verifica tempi di cottura	tenuta di cottura	capacità di assorbire i condimenti	aspetto visivo	assaggio				TOTALE			
★ ANTONIO AMATO Penne a zito rigate 97	500	+	+	□	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0,59-0,69	1,27
★ DE CECCO Penne rigate n°41	500	□	+	+	□	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0,92-1,05	1,97
AGNESI Penne rigate 19	500	□	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0,84-0,94	1,77
VOIELLO Penne rigate n° 152	500	□	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0,84-0,93	1,77
DIVELLA Penne ziti rigate 27	500	+	+	□	+	+	+	□	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0,49-0,69	1,16
CONAD Penne rigate	500	+	+	□	+	+	+	+	+	□	+	+	+	+	+	+	+	0,45-0,49	0,95
CARREFOUR primo prezzo Penne ziti rigate	1000	□	+	□	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0,59	0,59
COOP Penne rigate 70	500	□	+	□	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0,44-0,50	0,95
RUMMO Lenta lavorazione Penne rigate n° 66	500	+	+	□	+	+	+	□	+	□	+	+	+	+	+	+	+	0,84-0,89	1,75
⊙ FIDEL (ESSELUNGA) Pennoni rigati	1000	□	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0,55	0,55
NOVELLA (IN'S) Penne rigate	500	+	+	□	+	+	+	+	+	□	+	+	+	+	+	+	+	0,39	0,78
GAROFALO Penne ziti rigate 70	500	□	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0,89-1,09	1,93
LA MOLISANA Penne ziti rigati n° 20	500	+	+	□	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0,89-1,04	1,95
SMA Penne rigate	500	+	+	□	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0,45-0,49	0,94
CARREFOUR Penne rigate 20	500	+	+	□	+	+	+	□	□	+	+	+	+	+	+	+	+	0,41	0,82
DELVERDE Penne zita rigate n° 32	500	□	+	+	+	+	+	+	□	+	+	+	+	+	+	+	+	0,86-1,00	1,90
FIOR DI SPESA (STANDA) Penne rigate n° 74	500	□	+	+	+	+	+	+	+	□	+	□	+	+	+	+	+	0,46	0,92
AUCHAN Penne rigate 73	500	+	+	□	+	+	+	+	+	+	+	□	+	+	+	+	+	0,46	0,92
ESSELUNGA Penne rigate n° 19	500	□	+	+	+	+	+	+	□	+	+	□	+	+	+	+	+	0,39	0,78
GRANORO Penne rigate n.26	500	+	+	+	+	+	+	□	+	+	□	□	+	+	+	+	+	0,54-0,59	1,13
DICO Pennette Rigate n° 67	500	□	□	+	+	+	+	+	+	□	□	□	□	□	□	□	□	0,51	1,14
COOP PRIMO PREZZO Penne ziti rigate	500	+	□	+	□	+	+	+	+	□	+	□	□	□	□	□	□	0,24	0,48
AUCHAN il meno caro Penne rigate n° 34	1000	+	□	□	+	+	+	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	0,69-0,74	0,72
BARILLA Penne rigate n° 73	500	□	+	+	+	+	+	□	□	+	□	□	□	□	□	□	□	0,61-0,74	1,36
COMBINO (LIDL) Penne rigate	1000	+	+	□	+	+	+	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	0,89	0,89
BUITONI Penne rigate 311	500	+	+	□	□	+	+	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	0,80	1,60
GS Penne rigate	500	+	+	+	+	+	+	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	0,46-0,49	0,95
RUSSO DI CICCIANO Penne medie rigate	500	□	+	+	●	+	●	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0,50-0,57	1,08

★ Migliore del Test; ⊙ Miglior Acquisto; € Scelta Conveniente    + ottimo; + buono; □ medio; - mediocre; ● pessimo



## Caro-vita: non toccateci la pastasciutta

La qualità della pasta di casa nostra è alta. Lo sono però anche i prezzi. Non si discute che alcuni campioni siano prodotti molto validi, ma sempre più spesso le famiglie devono fare attenzione anche a questa voce nell'economia domestica. Già messa alla prova: basta pensare che una famiglia media per conservare lo stesso livello di consumo di un anno fa, ha dovuto spendere più di 850 euro (in



base ai dati diffusi dall'Istat). In questa spesa rientra anche l'aumento della pasta: nel corso degli ultimi 12 mesi l'impennata è stata del 10%. E se le industrie giustificano i nuovi listini puntando il dito contro il rialzo del prezzo del grano duro (unico ingrediente della pasta), dall'altra parte i cerealicoltori li accusano di speculazioni, perché l'aumento del grano non giustifica in proporzione quello della pasta. Ovunque stia la ragione, chi ci rimette sono i consumatori. Monitorando il prezzo praticato nella grande distribuzione per due importanti marchi di pasta italiana (Barilla e De Cecco) tra aprile 2007 e gennaio 2008, la crescita è stata mediamente del 17% per Barilla e dell'11% per De Cecco. Percentuali che non hanno bisogno di commenti, tanto più che vanno sommate ai tanti rincari che hanno colpito il portafoglio degli italiani.

Un modo per limitare i danni però c'è. La pasta presa in esame nel nostro test (rilevazioni a gennaio 2008) costa in media 1,18 euro al kg: si va da 0,48 euro di Coop Primo prezzo (ora assente nei punti vendita) ai 2,18 euro di Garofalo (prezzo massimo al kg). Scie-

gliere bene significa dunque risparmiare. E non poco. Se consideriamo che mangiamo 28 kg di pasta a testa all'anno, si può intuire quanto una famiglia media (2,7 persone) possa risparmiare, preferendo un prodotto a un altro (fino a 110 euro in meno all'anno). Senza rinunciare alla qualità. Un chilo di penne Fidel (Esselunga) costa solo 55 centesimi: dalle prove di laboratorio e di cucina escono bene. Anche meglio di penne più famose. Un esempio per tutti. Barilla, leader di mercato in Italia, delude le aspettative: si posiziona in basso nella nostra classifica, sotto a quasi tutte le marche commerciali e a prodotti primo prezzo. Eppure la pasta Barilla, non costa poco: nelle rilevazioni che abbiamo fatto a gennaio 2008 (in tabella) 500 g si trovavano sugli scaffali a 1,36 euro, ma - mentre scriviamo - il prezzo è arrivato a 1,60 euro.

È stato proprio il giudizio dei cuochi professionisti a penalizzare il risultato generale delle penne del gruppo di Parma. Rispetto alle Antonio Amato - risultate Migliore del Test - non c'è paragone: le penne di Salerno piacciono di più e costano meno. A voi la scelta.

pasta? È facile dirlo. Provateci anche voi: controllate che le penne abbiano una tonalità brillante e siano belle consistenti. Amato e De Cecco superano molto bene anche la prova occhio.

E ora veniamo al condimento. Per la verifica della capacità di assorbire i sughi, abbiamo mischiato le penne sia con un intingolo al pomodoro sia con il solo olio extravergine. Quanto ne rimane nel piatto? Più di un terzo dei campioni non assorbe completamente il pomodoro o l'olio e merita solo un voto sufficiente.

Per la prova di assaggio abbiamo scelto il sugo più usato nelle famiglie (appunto quello di pomodoro) e un condimento solo a base di olio extravergine di oliva, capace di far risaltare meglio il sapore e le caratteristiche della pasta. I nostri cuochi hanno premiato quattro campioni. Tra questi le penne Amato e De Cecco hanno spiccato e vinto decisamente la prova del palato. Nessun prodotto viene considerato però insufficiente. Un risultato che possiamo definire ottimo: la pasta italiana insomma non delude le aspettative.

C'è anche qualche bella sorpresa: alla prova dei cuochi alcune penne a molto economiche hanno tenuto testa alla concorrenza di marca.

### 🎯 Miglior Acquisto

Irrinunciabile. Ecco un aggettivo che calza a pennello alla pasta. Non si tratta solo di una tradizione culinaria italiana, ma di una vera e propria raccomandazione salutistica: la pasta, infatti, insieme a pane, riso e patate è alla base di un'alimentazione sana ed equilibrata. Senza esagerare: il valore energetico apportato da 100 g di pasta secca non è trascurabile (350 kcal), per l'alto contenuto di carboidrati (soprattutto amido).

Per valutare cosa offre il mercato, abbiamo selezionato 28 confezioni di penne, tra quelle più conosciute, le marche commerciali e qualche prodotto proveniente da discount. I campioni sono stati sottoposti a prove di laboratorio e all'esame di assaggio da parte di cuochi esperti. Tutte le nostre penne ne escono a testa alta. Unica eccezione negativa, Russo di Cicciano, perché nell'esame delle impurità solide è stato riscontrato un pelo di roditore, indice di una grave mancanza di igiene in una delle fasi della lavorazione. Risultati alla mano, le penne a zito rigate 97 di Antonio Amato (1,27 euro al kg) e le penne rigate n. 41 De Cecco (1,97 euro al kg) sono risultate le Migliori del Test. Per l'ottimo rapporto tra qualità e prezzo, invece, abbiamo dato il titolo di Miglior Acquisto ai **Pennoni rigati Fidel di Esselunga** (0,55 euro al kg). Un'alternativa altrettanto valida? Le Penne ziti rigate di Carrefour primo prezzo (0,59 euro al kg).



**Fidel (Esselunga)  
Pennoni rigati**  
0,55 euro al kg