

PREFAZIONE

Roberta Siliquini

*Professore Ordinario di Igiene Università di Torino
Presidente Società Italiana di Igiene,
Medicina Preventiva e Sanità Pubblica*

“Piccante quanto basta” è il titolo accattivante di questo volume redatto dal gruppo di lavoro della S.it.I “Alimenti e Nutrizione”. Il merito degli Autori sta nella capacità di fondere gli aspetti scientifici delle proprietà del peperoncino sulla salute con interessanti note relative alla storia dello stesso in un quadro geopolitico e socio economico.

Questa spezia, al pari di altre specie vegetali commestibili (patata, pomodoro, mais), è arrivata in Europa dopo la scoperta del Nuovo Mondo ma, contrariamente alle altre specie che necessitarono di un lungo periodo prima di diventare parte integrante della nostra alimentazione, divenne immediatamente popolare, soprattutto tra le classi sociali meno abbienti.

Certamente tale diffusione fu favorita dal sapore, in grado di modificare il gusto delle più svariate pietanze, e della facilità di coltivazione. Ci piace pensare però che, anche in tempi lontani, fossero già state riconosciute al peperoncino proprietà curative o preventive delle più svariate patologie.

Nel volume gli autori ci consegnano le evidenze scientifiche più recenti dei suoi effetti benefici soffermandosi anche sui meccanismi biochimici ad essi sottostanti.

Non manca un interessante ed esaustivo excursus sui diversi tipi di peperoncino e sui loro utilizzi culinari e non in vari Paesi del mondo. Chi si diletta di cucina potrà poi affrontare le numerose ricette ben articolate e talvolta esotiche.

A tutti auguro una gustosa lettura!