

In relazione al **contenuto di grasso** sono definiti grassi (il grasso supera il 40%), semigrassi e magri (il grasso è inferiore al 20%).

In relazione alla **temperatura di riscaldamento** o cottura della cagliata e alla tecnologia di lavorazione si ottengono formaggi crudi (temperatura di cottura inferiore ai 35°C), semicotti e cotti (temperatura di cottura superiore ai 48°C).

In relazione al **periodo di stagionatura** i formaggi vengono definiti, freschi (se prodotti e commercializzati entro le 48-72 ore dalla mungitura) o stagionati; questi ultimi a loro volta sono classificati in formaggi a stagionatura (o maturazione) breve o rapida (da pochi giorni a 30 giorni), media (da 1 a 6 mesi) e lenta o lunga (oltre i 6 mesi). Alcuni tipi di formaggi, definiti "extraduri", possono essere stagionati per oltre 12-24 mesi.

Più si prolunga la stagionatura e più il formaggio tende ad asciugare, perdere peso e acquistare intensità nel sapore.

Una ulteriore classificazione dei formaggi è dovuta all'**origine del latte**, vaccino, pecorino, caprino, bufalino, misto (se contiene due o più latti di diversa origine e in proporzioni variabili).

I formaggi risultano più digeribili del latte e, maggiore è la stagionatura, maggiore è la digeribilità perché con il passare del tempo enzimi e fermenti presenti frammentano proteine e grassi.

Anche il caglio ha notevole importanza, può essere di origine animale, ottenuto dallo stomaco dei vitelli, di origine vegetale, ottenuto da particolari erbe selvatiche, o artificiale.

La stagionatura migliora anche la sicurezza alimentare in quanto gli eventuali batteri patogeni nel corso dei primi tre mesi muoiono.

Un formaggio un po' particolare: il **mascarpone** è un formaggio dolce, a consistenza cremosa che si ottiene, a partire dalla panna, per coagulazione delle proteine (caseina) provocata dall'aggiunta di acido citrico e dalla lavorazione ad alte temperature (circa 90°C). Proprio perché derivato dalla coagulazione è classificato come formaggio dalla legislazione italiana. È uno dei formaggi più grassi e va consumato fresco o come ingrediente per preparare dolci.

La **ricotta**, invece, dal punto di vista legale non può essere considerata un formaggio poiché deriva dal siero, fatto coagulare mediante acidificazione e riscaldamento, e non dalla cagliata.

Tutti questi prodotti possono essere consumati tal quali oppure, in cucina, come ingredienti di tanti altri alimenti.

Fonti bibliografiche di riferimento

Latte e derivati, produzione, commercializzazione, ricette: www.lattetrevalli.it

Qualità, tracciabilità, informazione sui prodotti di qualità: www.qm.marche.it

Latte e derivati, salute e benessere: www.assolatte.it



Approfondimenti

Normativa, legislazione italiana, etichettatura, prodotti tipici e certificati: www.politicheagricole.it

Linee guida per una sana alimentazione, composizione degli alimenti: <http://nut.entecra.it>

Alimentazione e salute: www.fondazioneveronesi.it

Attività 1:

Mozzarella, Crescenza, Grana Padano, Parmigiano Reggiano, Gorgonzola, Taleggio, Provolone, Pecorino, Caciotta, Casciotta, Raviggiolo, Caciocavallo, Giuncata, Scamorza, Montasio sono i nomi di alcuni dei tanti formaggi prodotti in Italia. In negozio o a casa i bambini hanno a disposizione una notevole scelta di prodotti, tanti li conoscono e li hanno già degustati, altri, invece sono a loro sconosciuti.

Lo scopo di questa attività è quello di farli riflettere sui formaggi che conoscono, che mangiano normalmente e che preferiscono.

Di seguito qualche esempio di domanda:

- *Quanti e quali tipi di formaggio conosci?*
- *Quali di questi preferisci?*
- *Ci sono formaggi tipici del tuo territorio, li conosci?*
- *In che occasione mangi i formaggi?*
- *Quale pietanza prepari a casa con i formaggi?*
- *Quali sono le tue ricette preferite?*

Attività 2:

È possibile preparare il formaggio anche in classe o a casa; è un'attività facile, veloce e sono necessari pochissimi ingredienti (1 litro di latte intero e 20 gocce di caglio liquido naturale), ma il risultato può essere di impatto per i bambini.

Servono un fornellino e un pentolino, oppure si può realizzare l'attività nella mensa o in un'altra aula attrezzata.

Queste le semplici indicazioni da seguire:

- mettere il latte in una pentola e aggiungere il caglio (può essere sostituito con qualche goccia di limone o di aceto),
- riscaldare il latte a fuoco basso (temperatura di 38°C) per 10-15 minuti, mescolando con un cucchiaino di legno fino ad ottenere la cagliata, una massa gelatinosa (simile a un budino) che si deposita sul fondo della pentola,
- rompere la cagliata e raccoglierla con una ramina forata, e poi filtrarla con un colino a maglie fini



- conservare il siero residuo, può essere riutilizzato,
- mettere la cagliata in un piccolo stampo forato pressandola con le mani per consentire l'eliminazione dei liquidi,
- aggiungere un po' di sale per esaltare il sapore,
- dopo pochi minuti il formaggio è pronto per essere assaggiato, da solo o accompagnato con marmellata, frutta fresca e/o pane.

Non buttare via il liquido rimasto nella pentola, puoi provare a cuocerlo un'altra volta, aggiungendo una piccola quantità di latte e altro caglio. Otterrai un'altra piccola quantità di cagliata: la ricotta. Anche questa pronta per una nuova degustazione.

Attività 3:

Osserva aiutandoti con tutti i 5 sensi!

La stagionatura modifica le caratteristiche chimico-fisiche e nutrizionali dei formaggi. Cerca le forme di uno stesso formaggio con periodi di stagionatura diversi (3, 6, 12, 24 o anche più mesi). Senti l'odore, il sapore, guarda il colore, la struttura.

I formaggi stagionati sono più duri, scuri e hanno una minore umidità.

Quali altre caratteristiche variano con la stagionatura?

A cura di Alimos Soc. Coop. – www.alimos.it



Per info:

Segreteria organizzativa - Alimos Soc. Coop.
Tel. 0547 317091 – email segreteria@ascuolasilatte.it



Scheda “Degustazione del formaggio”

Una mucca per amica – a scuola di latte

Assaggio lo yogurt

	Sapore	Consistenza	Colore	Odore	Aroma
Formaggio stagionato(*) mesi					
Formaggio stagionato(*) mesi					
Formaggio stagionato(*) mesi					

(*) aggiungi il numero dei mesi di stagionatura

Come si chiama il formaggio che stai degustando? _____

Per quale motivo? _____

Quale campione assomiglia maggiormente allo yogurt che mangi di solito?

Per quale motivo? _____

Nome: _____

Nome plesso: _____

Indirizzo: _____

Classe e sezione: _____

Località: _____ Prov. _____

A cura di Alimos Soc. Coop. – www.alimos.it



Per info: Segreteria organizzativa
Tel. 0547 317091 – email segreteria@scuolasilatte.it