

LEGUMI PER CELIACI

Si rende noto che agli utenti celiaci **si possono somministrare** gli stessi legumi secchi biologici (fagioli, ceci e lenticchie) che vengono utilizzati per il vitto comune (es. marca *Agribosco*).

L'importante è seguire tale prassi:

1. Prelevare la quantità di legumi necessaria e corrispondente al numero di utenti celiaci
2. Verificare l'assenza di corpi estranei, semi o grani interi, che se presenti devono essere eliminati
3. Sciacquare i legumi con attenzione
4. Cuocerli separatamente.

Dalla guida all'alimentazione del celiaco del prontuario AIC:

“E' possibile che alcune confezioni di legumi secchi riportino sull'etichetta la dicitura **“può contenere tracce di cereali contenenti glutine”**. Durante la produzione e il confezionamento infatti è possibile, anche se raramente, la contaminazione con grani di cereali contenenti glutine, come ad esempio chicchi di orzo. Questo fatto **non deve destare reale preoccupazione nel celiaco** in quanto è sufficiente verificare l'assenza di corpi estranei (quindi semi o grani differenti rispetto al legume che si intende utilizzare). Trattandosi di semi/grani interi, non è possibile una contaminazione diretta da glutine dei legumi (il glutine si trova nella parte più interna del chicco di cereale) e dato che la loro tossicità si esplicherebbe solamente nel momento in cui venissero ingeriti, vanno semplicemente eliminati”.

Si pregano tutti i direttori di impianto e le addette alle diete di attenersi alla suddetta disposizione.

Servizio Dietetico Aziendale

Ufficio Qualità