



Gli italiani non rinuncerebbero mai all'olio extravergine

Tra gli alimenti più presenti tutti i giorni sulle nostre tavole compaiono la frutta e la verdura (consumate più volte al giorno dal 40% e dal 39% degli italiani). Seguono pane, pasta, riso e patate (23%). E' quanto emerge dalla ricerca "Prevenzione e Stili di vita" curata da Nomisma per UniSalute. La ricerca sottolinea inoltre che il 64% degli italiani non rinuncerebbe mai all'olio extra vergine di oliva, ingrediente principe della dieta mediterranea. Seguono le verdure di stagione, irrinunciabili per il 53% degli intervistati, il sale per il 25% e non manca chi non potrebbe vivere senza caffè (18%), o senza le spezie (5%). La cucina quale gli italiani non rinuncerebbero mai è quella regionale italiana, indicata dal 91% degli italiani. E il piatto? La pizza, altro grande classico immancabile per il 65% degli italiani. E' sottolineato infine che il 32% degli italiani adotta stili di vita corretti, con un occhio di riguardo verso ciò che mette a tavola.