

Cuocere la pasta a fuoco spento, lo consiglia sui social anche il premio Nobel Giorgio Parisi

Ai tempi del [caro bollette](#) (e a maggior ragione in vista dei [nuovi aumenti attesi per l'inverno](#)), anche piccoli accorgimenti quotidiani possono fare la differenza in termini di risparmio. Un esempio? Cuocere la pasta... a fuoco spento. L'idea a primo impatto potrebbe sembrare balzana, eppure a rilanciarla su Facebook è stato giovedì nientemeno che il professor Giorgio Parisi, ultimo premio Nobel per la Fisica.

Come fare

«Dopo aver portato l'acqua ad ebollizione buttate la pasta e aspettate due minuti, poi si può tranquillamente spegnere il gas – esordisce il post condiviso dallo scienziato della Sapienza di Roma –, basta usare un coperchio e calcolare un minuto circa in più. Almeno otto minuti di risparmio di gas! Senza voler fare moltiplicazioni per famiglie italiane, credo che sia una notizia da divulgare, dovremmo cambiare abitudini e non è detto che sia un male». Un'opinione evidentemente condivisa dallo stesso Parisi, che a sua volta ha perciò raccomandato agli utenti: «La cosa più importante è tenere il coperchio sempre, il calore si perde moltissimo per evaporazione. Dopo che bolle la pasta io metto il gas al minimo, minimo, in maniera che bolla bassissimo senza consumare gas. Si può anche provare a spegnere, come suggerito da questo post, che non è mio ma di Alessandro Busiri Vici e che ho semplicemente rilanciato. Ovviamente in questo modo si consuma ancora di meno e penso che la pasta si cuocia lo stesso».

I vantaggi (e i dubbi)

A onor di cronaca non è la prima volta, dall'inizio del [conflitto in Ucraina](#) e della conseguente [crisi energetica](#), che sul web e non solo torna alla ribalta il tema della cosiddetta «cottura passiva» della pasta ([clicca qui](#) per approfondire di cosa si tratta), peraltro [già pubblicamente illustrata in tempi non sospetti dallo chef Elio Sironi e dal divulgatore scientifico Dario Bressanini](#). Tra i suoi principali [vantaggi](#), oltre al già citato risparmio di gas (o di elettricità, in caso di piano cottura a induzione), figura anche la possibilità riscaldare il condimento servendosi dello stesso fornello, mentre [i critici](#) evidenziano la presenza di numerose variabili in grado di influire negativamente sul risultato finale: dal difficile mantenimento della temperatura dell'acqua al tipo di pentola utilizzato, fino alla necessità di spostare il coperchio per mescolare la pasta affinché non resti attaccata.

Lo studio

Che si appartenga all'uno o all'altro «schieramento», un [recente studio](#) promosso dai pastai di Unione Italiana Food parla chiaro: usare il coperchio durante la fase di ebollizione non solo accelera i tempi, ma fa anche risparmiare «fino al 6% di energia ed emissioni di CO₂e (CO₂ equivalente)». Inoltre spegnere il fuoco dopo i primi due minuti di cottura tradizionale lasciando il coperchio per non disperdere calore – proprio come suggerito dal post condiviso dal professor Parisi – conduce a un risparmio di energia ed emissioni di CO₂e che può arrivare perfino al 47%. Niente male, e il portafoglio ringrazia.

3 settembre 2022 (modifica il 3 settembre 2022 | 14:39)

(©) RIPRODUZIONE RISERVATA

[Read More](#)