

# GUIDA PER IL CONTROLLO DELLA FRUTTA E DELLE VERDURE

Questa guida permetterà al consumatore kasher di apprendere i metodi più accurati e le problematiche concernenti la pulizia e il controllo della frutta e delle verdure che possono essere infestate da insetti. Secondo la "normativa" ebraica, la presenza di un solo insetto rende frutta o verdura inadatta al consumo. Per garantire che la frutta e la verdura siano idonee al consumo, è necessario pulirle e controllarle accuratamente e rimuovere gli insetti eventualmente riscontrati. Questi metodi di controllo e pulizia sono stati originariamente sviluppati per i Mashghichim - i supervisori dei ristoranti e delle industrie alimentari, che lavano e controllano grandi quantità di prodotti senza compromettere i più alti standard di qualità e di kashrut. Su richiesta di molte persone, abbiamo messo a vostra disposizione queste linee guida per il consumatore. Questa pubblicazione è un sommario sintetico sull'argomento e non contiene tutti i dettagli pertinenti. I metodi raccomandati in questo manuale si basano sulle nostre esperienze. Ovviamente, ci possono essere altri metodi per lavare e ispezionare i prodotti, che sono accettabili anche dal punto di vista halachico. Diverse pubblicazioni già affrontano il problema halachico delle infestazioni degli insetti nei diversi alimenti. Scopo principale di questa pubblicazione è aiutare coloro che non conoscono questa realtà a prendere coscienza del problema. E' nostra speranza che il consumatore, grazie alla consapevolezza generata dalla Bedikat Tola'im e alla distribuzione di questo opuscolo, sia più cauto ed elevi il suo livello di kashrut.

Molte verdure consumate comunemente contengono insetti. Anche se spesso nascosti o mimetizzati, molti di questi insetti sono chiaramente visibili occhio nudo. Gli insetti che abitano i cibi hanno varie forme e dimensioni e si trovano spesso nelle fessure e nelle pieghe delle foglie. Le istruzioni contenute in questa guida vi aiuteranno a controllare i vostri prodotti e ad assicurarvi che siano privi di insetti. Nel presente volumetto si segnalano le verdure più frequentemente usate, richiedenti una speciale attenzione.

Vorrei estendere un ringraziamento speciale a tutti coloro che mi hanno aiutato a compilare questa guida. In modo particolare, ringrazio Rav Elia Richetti, Rav Aharon Adolfo Locci e Vittorio Robiati Bendaud, per il tempo e l'impegno dedicati per renderla agevole e comprensibile per il lettore, così da far comprendere l'importanza di tale controllo. Un ringraziamento speciale all'amico Guido Simetti che con pazienza si è occupato dell'impaginazione e della grafica.

Che i meriti dei vostri sforzi per custodire la kashrut nelle vostre case, possano essere ricompensati con tutte le benedizioni materiali e spirituali da Hashem. Tizkù la' Mitzvot.

Rav David E. Sciunnach  
Av Bet Din - Presidente del Tribunale Rabbinico del Centro Nord Italia.

*Questa pubblicazione è dedicata alla memoria del nostro  
Maestro Rav Giuseppe Laras זצ"ל*

# INTRODUZIONE

Secondo le leggi della kashrut, tutti i frutti e le verdure sono intrinsecamente kasher, ma gli insetti (i tola'im) sono assolutamente vietati. La Torà afferma nel libro di Vayikrà (11:41-44) il divieto di mangiare qualsiasi tipo di "sheretz" (insetti che strisciano sulla terraferma, nuotano in acqua o volano nell'aria). Il Chochmat Adam inizia il suo Hilchot Tola'im (regole sugli insetti) con un avvertimento dei molti Issurim (divieti) coinvolti nel mangiare anche il più piccolo sheretz - insetto. Anche se la Torà contiene vari Issurim - divieti che trattano le Maachalot Asurot (alimenti proibiti), pochi, se non nessuno, sono gravi come quelli relativi agli insetti. Ad esempio, il consumo di carne di maiale, considerato da molti come uno dei più gravi divieti, comporta solamente una lav (un divieto negativo), mentre il consumo, anche di insetti minuscoli, può totalizzare sei/sette lavim (sei/sette divieti negativi). Questo indipendentemente dal fatto che l'insetto sia vivo o morto.

Il divieto di mangiare insetti si applica solo agli insetti visibili a occhio nudo da una persona con visione media (Aruch HaShulchan 84:36). Pertanto, l'uso di lenti d'ingrandimento non è necessario quando si ispezionano gli ortaggi. Tuttavia, ci sono alcuni insetti il cui colore corrisponde a quello del vegetale che infestano. Non riuscire a vedere facilmente questi insetti non è un'attenuante per mangiare il vegetale senza un adeguato controllo, pertanto è consigliato avvalersi di lenti d'ingrandimento.

Un insetto intero non è soggetto alle leggi di Bittul (annullamento) (Yorèh De'ah 100:1) [ad esempio, se una goccia di latte cade accidentalmente in una pentola di zuppa di pollo, se c'è 60 volte più zuppa di pollo della goccia di latte, il latte sarà annullato nella zuppa di pollo]. Essendo l'insetto una "Beryàh" (un'entità completa), come tale acquista maggiore importanza e non è annullabile. Sulla base di quanto sopra, anche se il vegetale può essere centinaia di volte più grande dell'insetto, l'insetto non viene annullato e pertanto l'elemento richiede un controllo.

Un insetto è considerato "Beryàh" solo se è intero. Se l'insetto è stato tagliato o schiacciato, allora non è più considerato una Beryàh. Tuttavia, non si può schiacciare un ortaggio infestato per permetterne il consumo senza alcun controllo, perché ciò pone un problema di "ein mevattelin issur Lechatchila" (non si può annullare intenzionalmente una proibizione): (Yorèh De'ah 99, Shach 7). Secondo l'opinione del Gaon Rav Shlomo Zalman Auerbach זצ"ל, vi è un'eccezione a questa regola. Un ortaggio impossibile da controllare, ad esempio i broccoli, può essere cotto e poi finemente pulito.

La logica di questo "p'sak" (decisione halachica) si basa sulla regola di "ein kavanatò levatel" (non è propria intenzione causare l'annullamento). Così, per quanto riguarda i broccoli, è evidente che l'intento di distruggere lo status di Beryàh dell'insetto non è quello di permettere il consumo dell'insetto. Piuttosto, è l'unico modo per permettere il consumo delle verdure. Pertanto, è consentito.

# COME CONTROLLARE GLI ORTAGGI?

Tutti gli alimenti normalmente infestati devono essere controllati prima di essere consumati. Anche se l'infestazione non si verifica per la maggior parte del tempo, sussiste comunque l'obbligo di controllo. Quale frequenza di infestazione obbliga una persona a controllare un particolare tipo di frutta o verdura? Se si tratta di una "miut ha'matzui", (una minoranza frequente), il vegetale deve essere controllato. Quale percentuale è considerata "miut ha'matzui"? Questo tema è oggetto di controversie tra molte autorità rabbiniche. Rav Moshe Vayeh, nel suo Bedikat HaMazon KaHalacha (Parte II 3:2 nota 3), cita il responso 191 del Rivash, secondo cui deve avvenire con una frequenza di quasi il 50%. Il Mishkenot Yaakov (YD 17) afferma che vi è l'obbligo di controllare la presenza di insetti anche se ciò si verifica il dieci per cento delle volte.

Lo Shevet HaLevi (IV: 81) e altri autori spiegano che la bedika - il controllo - non si basa su una percentuale specifica, bensì sull'obbligo di controllare qualsiasi elemento frequentemente infestato da insetti. Anche se l'alimento in questione presenta una bassa percentuale di infestazione, se vediamo che si verifica regolarmente, c'è un obbligo di fare la bedika - il controllo. Rav Shlomo Z. Auerbach ז"ל si regola secondo il parere del Mishkenot Yaakov, per cui la percentuale del 10% è determinata dalla voce in questione.

Ad esempio, se spesso (10%) le teste di lattuga contengono uno o più insetti, è necessaria la bedika - il controllo.

*NOTA: Se una specie, che non richiede solitamente un'ispezione, risulta comunque contenere tre o più insetti, deve essere ispezionata a fondo. Se l'ispezione non è possibile, l'alimento non può essere consumato e deve essere eliminato (Shulchan Aruch YD 84:9).*

## VERDURE CONSERVATE

Lo Shulchan Aruch afferma che un insetto perde la sua identità dopo dodici mesi. Gli insetti sono molto piccoli e hanno un'idratazione minima nel loro corpo. Quindi, dopo 12 mesi, si asciugano e sono considerati "Ke 'afra De Ar'à" (come la polvere della terra). Così, le verdure disidratate, che sono spesso conservate per più di 12 mesi, possono essere usate senza bedika - controllo. Ciò non va confuso con gli ortaggi congelati. Le verdure surgelate che possono contenere insetti necessitano sempre di bedika - controllo. Gli insetti congelati sono sicuramente assur (proibiti), perché, come il processo di congelamento mantiene la freschezza delle verdure, così pure preserva gli insetti.

È difficile fare affermazioni assolute sulle infestazioni dei vegetali. L'incidenza di infestazione in molte verdure varia nell'arco dell'anno, in tutto il mondo, a causa delle stagioni e dei cicli di vita degli insetti. Inoltre, in ragione delle importazioni e dei numerosi progressi compiuti nell'immagazzinamento dei prodotti e nelle tecnologie di conservazione, frutta e verdura stagionali sono ora disponibili durante tutto l'anno. Spesso è impossibile tracciare il percorso di origine di un particolare ortaggio. Ad esempio, durante la primavera, i broccoli venduti nei supermercati possono provenire da altre nazioni o addirittura da altri continenti. Condizioni climatiche come siccità o pioggia insolitamente abbondante possono danneggiare le colture e non sempre le normative permettono l'utilizzo di antiparassiti. Senza queste considerazioni si può essere tentati di supporre che non ci sia nessuna necessità di controllare i broccoli, avendo trovato diversi ortaggi non infestati nella settimana precedente. In realtà, i risultati di una settimana possono dirci poco sui prodotti della settimana successiva. Per tener conto di questi diversi fattori, è stata intrapresa una ricerca sull'infestazione dei diversi tipi di prodotti. A causa dell'infestazione da insetti (soprattutto afidi, tripidi e/o acari del ragno), la maggior parte delle verdure verdi e a foglia deve essere ispezionata. Per controllare correttamente le verdure, è necessario, prima di tutto, familiarizzare con l'aspetto degli insetti, le loro dimensioni, forme e colori. Si dovrebbe poi imparare direttamente da qualcuno già esperto nell'arte dell'ispezione per capire come procedere correttamente al controllo. Gli insetti possono mimetizzarsi e quindi essere trascurati. Una scatola di luce fluorescente (acquistabile nei negozi di videocamere) renderà la vostra ispezione molto più facile e probabilmente più efficiente. I due lati di ogni foglia devono essere ispezionati. Se si desidera evitare il controllo accurato, è possibile utilizzare una delle due procedure di lavaggio.

## PROCEDIMENTO A: SPAZZOLARE DURANTE IL LAVAGGIO

Questo processo può essere utilizzato sia su verdure a superficie dura (ad es. sedano) sia su foglie lisce dalla superficie liscia (ad es. cavolo).

- *Separare le foglie dalla testa e aprire tutte le pieghe.*
- *Posizionare ogni foglia su una superficie piana sotto un rubinetto di acqua corrente forte, contemporaneamente spazzolare tutta la superficie con cura con una spazzola vegetale.*
- *Ripetere il procedimento sul retro della foglia.*

NOTA - Prima di affidarsi al proprio processo di "spazzolatura durante il lavaggio", è necessario verificare che tale processo sia effettivamente adeguato. In presenza di foglie infestate è possibile mettere a prova la vostra abilità: "spazzolare durante il lavaggio" e poi ispezionare di nuovo per verificarne lo stato. Se non si trovano insetti, il procedimento è stato fatto correttamente. Se si riscontrano insetti, ripetere l'operazione con maggiore attenzione, fino a quando non se ne troveranno più.

## PROCEDIMENTO B: IMMERGERE IN ACQUA SAPONATA E RISCIAQUARE

- *Separare le foglie dalla testa e aprire tutte le pieghe.*
- *Preparare la miscela di acqua e sapone.*
- *Riempire un contenitore con acqua calda. Mettere la quantità minima di "Veggie Wash" (detersivo per vegetali) o di sapone liquido necessario per rendere l'acqua scivolosa. L'acqua non ha bisogno di schiuma, ma deve essere miscelata bene. È consigliabile diluire il sapone in una tazza di acqua tiepida prima di versarlo nel contenitore.*
- *Se le verdure sono sporche, è bene sciacquarle prima di immergerle nella miscela d'acqua saponata.*
- *Collocare le foglie interamente nell'acqua senza però sovraccaricare il contenitore. Le foglie devono galleggiare liberamente nell'acqua senza sovrapporsi. Lasciar riposare per 3-5 minuti.*
- *Primo risciacquo - Collocare le foglie in un altro contenitore di acqua pulita. Agitare energicamente per alcuni minuti e lasciar riposare per 3 minuti.*
- *Secondo risciacquo - Tenere ciascuna foglia e spruzzare con un forte flusso d'acqua, assicurandosi che tutta la superficie di ogni foglia venga colpita. Ricordate che entrambi i lati devono essere lavati.*
- *"Veggie Wash" (detersivo per vegetali) può essere acquistato in internet agli indirizzi [www.citrusmagic.com](http://www.citrusmagic.com) - <http://citrusmagic.co.uk/>*

NOTA - Prima di affidarsi al proprio processo di "ammollo e risciacquo saponoso", bisogna prima verificare che ciò che si fa sia effettivamente adeguato. Se, alla fine del percorso di pulizia e risciacquo appena proposto, non si trovano insetti, vuol dire che è stato fatto correttamente. Se si riscontrano ancora insetti, rifare il processo con maggiore attenzione, fino a quando non se ne troveranno più.

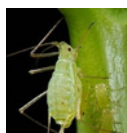
## INSETTI PRESENTI NEI VEGETALI

Come già detto, secondo l'Halachà, solo gli insetti visibili all'occhio sono proibiti. Tuttavia, questa regola deve essere animata da due preoccupazioni. In primo luogo, colui che è inesperto può facilmente non notare gli insetti che vi sono nei prodotti. Gli insetti presenti nei vegetali non assomigliano ai comuni insetti che vediamo volare nell'aria quotidianamente. I vermi dei vegetali sono per lo più sottili e bianchi, lunghi pochi millimetri e quindi poco simili ai loro "parenti" presenti nel terreno dei giardini. Di conseguenza, un inesperto può facilmente sorvolare sullo "sporco", che è invece chiaramente visibile all'occhio addestrato. Colui che fa l'ispezione deve avere familiarità

con gli insetti che sta cercando, sapendo cosa cerca. La seconda preoccupazione riguarda il fatto che insetti e vermi sono spesso del colore dei prodotti che abitano. Sullo sfondo della verdura, un insetto è mimetizzato. Alcuni parassiti possono scavare la foglia di un vegetale: un verme, che abita all'interno di una tana scavata in un cunicolo, non può essere lavato via se non tagliando la foglia. Anche se non comune, questo fenomeno può essere osservato in alcune verdure ed erbe aromatiche. Quando si esamina un vegetale, bisogna esaminare attentamente ogni singola foglia con attenzione per le variazioni di tessitura, a livello superficiale, o alle sfumature di colore, che possono rivelare la presenza di insetti. Per la verdura a foglia, bisogna tenere le verdure su una forte luce che ci aiuti per il controllo. Mentre le foglie sono traslucide, i vermi non lo sono: gli insetti diventano sì chiaramente visibili. Bisogna necessariamente controllare entrambi i lati della foglia. Quando si devono controllare grandi quantità di verdure a foglia, l'uso di una scatola luminosa "light box" è un prezioso aiuto. Questo dispositivo consiste semplicemente in una scatola contenente lampade fluorescenti con coperchio traslucido e resistente. Una foglia posta su questa scatola è illuminata uniformemente da sotto. Può quindi essere facilmente ispezionabile, senza irritare gli occhi, perché l'ispettore non deve guardare verso l'alto per esaminare la foglia controluce. Queste scatole di luce "light box" sono comunemente disponibili nei negozi di fotografia (dove sono commercializzate per la visione di diapositive e pellicole per raggi X). L'uso di una "light box" offre la possibilità di adottare misure supplementari di verifica. Quando si sciacquano verdure o bacche in una ciotola o in un lavello riempito d'acqua, si riempia una ciotola di vetro poco profonda con parte di quell'acqua, verificando la presenza di insetti in una "light box". Se gli insetti sono presenti nei campioni di acqua, bisogna ripetere il risciacquo e controllare l'acqua ancora una volta.

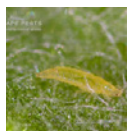
Nelle pagine che seguono, raccomandiamo di lavare alcuni tipi di vegetali con dei detergenti; di cui esistono diverse marche.

Gli insetti più comunemente presenti nelle nostre verdure sono i tripidi e gli afidi. Di seguito trovate una breve descrizione dei diversi parassiti che si possono incontrare durante il lavaggio di frutta e verdura.



### **AFIDI:**

piccoli, morbidi, a forma di pera, di colore verde giallastro o nero grigiastro. Quando sono morti, si asciugano e diventano bianchi grigiastri. Gli afidi vivono in colonie. Si trovano in grande numero sulle verdure a foglia e lungo gli steli delle fragole.



### **TRIPIDI:**

piccolo insetto con ali. Può apparire come una linea nera, gialla o bianca. Lo si trova singolarmente, di solito in pieghe o fessure di verdure, tra cui cavolo, cavolfiore, mais e aneto. I Tripidi sono molto diffusi negli Stati Uniti.



### **VERME:**

piccoli vermi. Questi insetti si nutrono del tessuto tra la superficie superiore e inferiore della foglia. Possono essere rinvenuti agli stadi larvali di mosche, falene, seghetti o coleotteri. Essi scavano nella carne della foglia, tracciando linee marrone chiaro. Possono essere trovati in ortaggi a foglia, come spinaci e biette.

## VERME CABABABBIA:



verme grigio-verdastro, con gambette nella parte anteriore e posteriore e nessuna nel mezzo: ha un movimento curvato ad arco. Fora le verdure e può essere riconosciuto dal foro. Gli escrementi lasciati sul vegetale assomigliano a piccole briciole scure. Si trova comunemente su cavolo, cavolfiore e peperoni. Nelle radici degli ortaggi, come le barbabietole e ravanelli, ha un colore bianco sporco. Nelle carote possono essere arancioni. (Non è però comune trovare vermi negli ortaggi a radice).

## ACARI:



parenti stretti di zecche e ragni. Gli acari adulti hanno quattro paia di gambe, sono privi di antenne, e si trovano solitamente in grandi gruppi. La dimensione è approssimativamente quella di un granello di sabbia. Si trova più comunemente in alimenti conservati in luoghi umidi. Eliminare il prodotto se si riscontra un'infestazione.

## FALENE:



sono strette e lunghe circa un pollice e mezzo, dal colore marrone chiaro con piccoli segni scuri a colori. Esse attaccano soprattutto i prodotti del grano e solitamente si trovano negli armadi della dispensa. La cinghia è solitamente un segno di infestazione.

## COLEOTTERI:



insetto nero o marrone, talvolta presente in fagioli secchi, ceci. Gli insetti adulti praticano piccoli fori rotondi nei legumi. Eliminare il prodotto con tali fori.

## VERME DELLA MOSCA:



piccolo verme bianco (fase larvale della mosca della frutta) con un punto nero in testa. Le mosche adulte depongono le uova nel frutto. Le uova si schiudono dando origine a piccoli vermi bianchi che vivono all'interno della frutta. Questi insetti scavano all'interno del frutto e possono non essere visibili dall'esterno. Si trovano principalmente in uve fresche importate, fichi e altri prodotti d'importazione.

## INSETTI SCALARI:

gli insetti scalari variano per forma e possono avere il corpo morbido, o corpo duro o con una piccola corazza/guscio. Possono assomigliare a una piccola conchiglia di tartaruga o ostrica o anche alla corteccia di un albero. Possono presentarsi come scaglie cerosi di colore marrone, grigio o rosso, a forma di cerchio o di goccia sulla buccia del frutto. Questi insetti generalmente non penetrano la buccia del frutto e possono essere raschiati con un'unghia. Alcuni sono bianchi e molto evidenti; altri hanno un colore spento e perfettamente abbinato al colore del vegetale. Le dimensioni variano da 02 mm a 08 mm in lunghezza. Possono essere trovati su albicocche e agrumi.

# CONSERVAZIONE DEGLI ALIMENTI

L'infestazione da insetti può verificarsi in una vasta gamma di alimenti, come farine, pasta, frutta e verdura secca, noci, dolci, cereali integrali, fagioli e zuccheri. Il modo migliore per affrontare un'infestazione da insetti è evitare di averne una in primo luogo. I prodotti acquistati presso negozi che mantengono rigorosi standard di pulizia e che hanno un elevato volume di fatturato saranno meno esposti a problemi di infestazione da insetti. Quando acquistate questi tipi di prodotti alimentari, esaminate il sacchetto o la scatola e accertatevi che siano privi d'insetti. Verificare la data di scadenza per assicurarne la freschezza. Non scuotere la confezione prima dell'apertura. Spesso gli insetti possono trovarsi nella parte superiore del prodotto e agitando la confezione si mescolano con il contenuto. Se il pacchetto è infestato, restituirlo al negozio per la sostituzione, avvisando il proprietario o il gestore. Quando possibile, conservare questi articoli in un contenitore ermetico all'aria e all'umidità, in modo da non essere invasi dopo averli portati in casa. Con il tempo, di insetti adulti o larvali potrebbero infatti penetrare nella carta, nel cartone e negli imballaggi di plastica sottile. È preferibile che i contenitori di stoccaggio siano in plastica pesante, vetro o metallo, con coperchi di fissaggio stretti. Come per tutto ciò che riguarda la conservazione degli alimenti, si consiglia di utilizzare le confezioni più vecchie prima di quelle più recenti, come pure le confezioni aperte prima di quelle ancora sigillate. Le aree di conservazione degli alimenti (ad es. dispensa, portaspezie) devono essere collocate lontano da fonti di calore (ad es. forno). L'area di stoccaggio deve essere mantenuta pulita. Non permettere che cereali, farina, fagioli, pezzetti di pasta o altre particelle di cibo si accumulino sugli scaffali o sul pavimento. Incrinature e fessure devono essere sigillate o altrimenti bloccate. L'impiego dell'aspirapolvere è il metodo migliore di pulizia, in quanto la pulizia manuale con acqua e sapone può spingere le particelle di cibo nelle fessure. Il riso, una volta controllato, e le farine, dopo essere state setacciate, possono essere conservate per più tempo in frigorifero o in freezer.

# RIVESTIMENTO IN CERA

Molti frutti e ortaggi sono ricoperti di un chiaro e appena identificabile film. Tali rivestimenti hanno lo scopo di preservare il prodotto e, talune applicazioni, per dare lucentezza. La base (o ingrediente primario) per tali rivestimenti è tipicamente la cera carnauba, di origine botanica, o gommalacca. A un prodotto di origine botanica si aggiungono diversi additivi per favorire la perfetta adesione del rivestimento alla frutta o alla verdura. Ad esempio un emulsionante, che aiuta a mantenere uniformi i diversi ingredienti in una soluzione, viene utilizzato in una prima parte della produzione. Alcuni degli additivi introdotti nei rivestimenti possono essere di origine non kasher. Tuttavia, molti Poskim hanno permesso per vari motivi di mangiare frutta e verdura rivestita: la percentuale degli additivi non kasher è significativamente inferiore alla metà del rivestimento stesso. Rav Yakov Kaminetsky יאקאב קאמינעטסקי ha stabilito che in un prodotto non alimentare come il dentifricio, un ingrediente non kasher - come la glicerina di derivazione animale - batel be' rov, - annullato nella maggioranza. Parimenti la cera carnauba e la gommalacca, che sono le basi per i rivestimenti, sono considerate halachicamente permesse, perché non sono un prodotto alimentare. Pertanto, un eventuale additivo non kasher, al pari del dentifricio è batel be' rov ossia viene annullato nella maggioranza. Alcuni studiosi fanno altresì notare che tali rivestimenti non possono essere rimossi mediante lavaggio.



# INSALATE FRESCHE CONFEZIONATE PRELAVATE

**L**e insalate fresche confezionate in sacchetti e vendute nei comuni supermercati nel banco frigo rappresentano un unico insieme di problemi. Molti consumatori ritengono che gli ortaggi siano lavati in modo soddisfacente e privo di insetti, sulla base degli standard dei controlli di qualità delle aziende. Non è possibile che ogni sacchetto di insalata sia privo di insetti, perché gli agricoltori non sono in grado di coltivare costantemente i loro prodotti privi di insetti. È ancora più probabile che i prodotti biologici siano più infestati degli altri, poiché sono coltivati senza l'uso di insetticidi chimici. Inoltre, il sistema di lavaggio delle aziende non è infallibile. L'efficacia del sistema di lavaggio dipende dal livello di infestazione presente nella coltura. Alcuni insetti sono molto difficili da rimuovere, specialmente gli afidi e i tripidi, che si aggrappano alle superfici vegetali, inserendo i propri arti nelle foglie. Le lattughe a foglia aperta sono più soggette ad infestazioni. Esse sono pertanto molto più difficili da pulire. La ricerca indica che le verdure prelavate a foglia aperta non sono sempre pulite al 100%. È bene dunque ispezionare e lavare le confezioni di insalata in sacchetti.

Un controllo con chazakà - (sistema per la quale si presume che), deve essere eseguito nel seguente modo: prendere una manciata del prodotto da ogni sacchetto e controllarlo su una "light box" o luce diretta. Se questa risulta pulita, il resto del sacchetto può essere utilizzato senza ulteriori controlli. Le lattughe a foglia verde e rossa e la foglia della cicoria sono spesso usate per guarnire piatti caldi o freddi. Foglie di cavolo e erbe aromatiche, come coriandolo, aneto e prezzemolo, spesso vengono utilizzate per decorare piatti con fantasia. Le guarnizioni di verdure sono spesso trascurate da molti. Persino persone, che sono solitamente meticolose nel lavaggio delle loro verdure, possono pensare che le guarnizioni non richiedano particolari lavaggi o controlli. Anche la guarnitura può contenere insetti, che migreranno dal vegetale al cibo nelle vicinanze. Ci sono piatti in cui si mangia la guarnizione, creando un problema ancora maggiore. Le verdure da guarnizione devono essere lavate secondo le istruzioni. Il cavolo deve essere lavato accuratamente prima dell'uso. Non sono necessari ulteriori controlli quando si utilizzano le teste intere di cavolo riccio.

# VERDURE CONGELATE

**L**a maggior parte delle varietà di ortaggi congelati sono edibili senza certificazione kasher. Esistono tuttavia notevoli eccezioni. Patate fritte e altri prodotti a base di patate possono essere scottati/precotti/pre-fritti in oli non kasher. Le verdure confezionate in salsa richiedono sempre la certificazione. Le verdure surgelate completamente cotte non sono accettabili senza un'adeguata certificazione a causa delle preoccupazioni di bishul akum. Tutte le verdure surgelate necessitano di una speciale certificazione per la Pasqua, poiché la pasta e i farinacei possono essere lavorati sulle stesse linee di produzione. La maggior parte delle verdure congelate, come carote, mais, fagiolini, okra (conosciuta come "baamia"), piselli, e fagioli, possono essere utilizzati senza alcun controllo. Le verdure tendenti a ospitare insetti, non sono consentite. Queste verdure devono essere acquistate solo se provviste di certificazione adeguata. Le varietà congelate non certificate come asparagi, broccoli e spinaci sono molto difficili da controllare accuratamente e non sono pertanto raccomandate.

# VERDURE DISIDRATATE

**P**ossono essere utilizzate senza alcun controllo, come già spiegato.

## LISTA PRODOTTI

**D**i seguito è riportato un elenco di vari prodotti, il loro status sotto il profilo del controllo, nonché l'eventuale tipo di lavaggio utilizzabile per pulirli. La maggior parte dei frutti coltivati non richiede ispezioni. Tuttavia, è una buona abitudine verificare tutti i prodotti prima dell'uso, anche quelli che non richiedenti ispezioni. Inoltre, come già detto precedentemente è possibile utilizzare ortaggi disidratati senza ispezione [ad esempio: aneto, prezzemolo, ecc.].

### ORTAGGI ED ERBE CHE RICHIEDONO IL CONTROLLO:

- Asparagi
- Broccoli
- Basilico/Menta
- Carciofi
- Cavolo
- Erbe aromatiche
- Prezzemolo (Foglia di Piatto)/Coriandolo
- Spezie aromatiche
- Finocchio
- Scalogno
- Porri frechi
- Sedano
- Radicchio
- Indivia Belga
- Cipolle
- Funghi
- Granoturco
- Spinaci/Rucola
- Piselli
- Farina/cereali/legumi
- Cavolini/Germogli di Bruxelles
- Carruba
- Lattuga
- Fiori di zuccina
- Cavolfiore
- Frutta secca
- Frutti di bosco

*NOTA: Tutte le verdure possono essere usate per insaporire zuppe e stufati, sigillandole prima saldamente in una stamigna o in un sacchetto da gourmet e poi mettendole nella pentola per la zuppa. Queste borse devono avere fori estremamente piccoli, che non consentono nemmeno il passaggio di piccole particelle. I sacchetti devono essere legati saldamente. Naturalmente, per le minestre di carne e latticini sono necessari sacchetti separati. Scartare le verdure dopo la cottura.*

Secondo il Gaon Rav Shlomo Zalman Auerbach ז"ל, i prodotti che non possono essere controllati [ES. fiori di broccoli e cavolfiori, spinaci congelati, asparagi in scatola] possono essere utilizzati senza alcun controllo nel modo seguente: rompere i fiori, agitare e immergere in acqua per dieci minuti, versare l'acqua, cuocere fino a quando sono morbidi. Porre finemente in un frullatore o in un robot da cucina e frullare. Il composto può essere utilizzato come desiderato.

## **QUELLO CHE SEGUE È UN ELENCO DI VERDURE COLTIVATE CHE NON RICHIEDONO CONTROLLI PARTICOLARI:**

**G**ermogli di erba medica, germogli di fagioli, barbabietole, carote, germogli di mais, cetrioli, melanzane, aglio, fagioli verdi, pomolo di sedano, cavolo rapa, okra (conosciuta come "baamia"), pastinaca, piselli, patate, zucca, ravanelli, rutabaga, tutte le varietà di zucca, patate, patate dolci, pomodori, rape, ignami, cetrioli, melanzane, zucchine e peperoni di solito non sono infestate. Per il prodotto generalmente non infestato non sono richiesti controlli speciali, ed è presumibile che sia privo d'insetti. Ciononostante queste verdure devono essere sottoposte a un controllo visivo prima dell'uso. Ove possibile, è preferibile utilizzare prodotti di prima scelta: questi prodotti sono generalmente più puliti e possono contribuire ad evitare problemi di infestazioni. Rimuovere eventuali parti rovinare e controllare la presenza di vermi, sciacquare sotto l'acqua prima dell'uso.

## **ASPARAGI**

### **ASPARAGO VERDE**



#### **DESCRIZIONE:**

L'asparago è un vegetale simile a una lancia, lungo 6-10 cm circa, con scale a triangolo lungo i lati, culminante con una disposizione di punte triangolari. È spesso infestato da tripidi sotto le scale a triangolo (foglie triangolari lungo il fusto e sulle punte). Sbucciare ed utilizzare lo stelo liscio. Rimuovere e scartare le punte. Questo processo è noioso e richiede molto tempo.

#### **INFESTAZIONE:**

gli insetti (coleotteri degli asparagi/tripidi) si trovano principalmente sotto le foglie a triangolo e, un po' meno frequentemente, nella punta.

## ISPEZIONE:

gli asparagi possono essere utilizzati nel modo seguente:

Tagliare 1 pollice dal basso e il fioretto alla punta degli asparagi.

Rimuovere e sbucciare le parti triangolari lungo il fianco degli asparagi (si raccomanda l'uso di pelatrice).

Se si trova una cavità longitudinale attraverso il gambo, rimuovere il fondo dell'asparago fino a quando non vi sia alcuna cavità.

Lavare accuratamente sotto una forte corrente d'acqua.

Se preparato in questo modo, non è necessario un controllo speciale.

## ASPARAGO, BIANCO

Difficile da trovare, è il cugino molto costoso dell'asparago verde. Non ha né fiori aperti né squame. Pertanto può essere utilizzato senza preparazione speciale. Tuttavia, esso dovrebbe essere lavato accuratamente prima dell'uso.



## ASPARAGI IN SCATOLA, CONGELATI

Il controllo e la pelatura dei triangoli è impraticabile a causa della consistenza morbida del prodotto. EVITARE L'USO.

# BROCCOLI

## BROCCOLO FRESCO



## DESCRIZIONE:

è una verdura verde, che assomiglia a un albero in miniatura. Il suo spesso fusto centrale si divide in molti rami più piccoli, che sono coronati da fiori verdi raggruppati.

## INFESTAZIONE:

i broccoli possono essere infestati da alcune varietà di insetti in particolare afidi e tripidi. Gli afidi sono verdi o bianchi, ma spesso diventano marrone durante la cottura. I tripidi sono solitamente neri o grigi. A volte è presente anche il verme dei broccoli, cioè un verme sottile, bianco o verde chiaro, di circa mezzo pollice di lunghezza. Questo verme, quando presente, è di difficile discernimento.

La ricerca ci indica che vi sono diversi livelli d'infestazione per i broccoli coltivati, che variano in base alla stagione. Durante i mesi invernali, il livello di infestazione è intorno al 10%. I broccoli coltivati durante questa stagione devono essere ispezionati. Durante i mesi estivi, i broccoli possono essere pesantemente infestati e pertanto l'ispezione è spesso impraticabile. È consigliato il consumo

dei soli steli vista la forte infestazione dei fiori e la difficile ispezione dei fiori.

## **ISPEZIONE:**

per il controllo dei broccoli è opportuno scegliere una zona ben illuminata. Questo aiuta a discernere un insetto dai pezzi di farfalla. Va notato che la pulizia dei broccoli infestati non è praticabile. L'ispezione ha infatti lo scopo di determinare se i broccoli siano infestati o meno. Una volta rilevata la presenza di infestazione, la parte della testa contenente il fioretto deve essere scartata. Non si può essere certi che tutti gli insetti vengano scoperti e rimossi. Tuttavia, la porzione di fusto può essere separata, lavata e consumata.

- *È praticamente impossibile eseguire un'ispezione completa su broccoli crudi e per questa ragione vanno scottati/bolliti per dieci secondi, al fine di ammorbidire i fiori ed il peduncolo. Un ulteriore vantaggio ottenuto dalla scottatura/bollitura è che gli afidi spesso si trasformano da verde al marrone e i fiori dal verde lussureggiante chiaro al verde scuro. Il contrasto di colori rende gli insetti più facilmente visibili dopo questo processo.*
- *Immergere in acqua fredda, subito dopo la scottatura/bollitura, per preservare il sapore e la compattezza della verdura.*
- *È importante separare individualmente ogni testa durante la lavorazione. Se una sezione di testa di un broccolo mostra infestazione, l'intera testa deve essere scartata.*
- *Esaminare attentamente la parte inferiore (cioè l'area ramificata) di ciascun fiore. E' importante controllare la fessura a forma di Y tra i rami.*
- *Nel caso si trovasse uno o due insetti, occorre prestare particolare attenzione nell'esaminare le restanti sezioni di tale testa di broccolo. Nel caso siano presenti tre insetti, l'intera testa deve essere scartata.*

## **METODO ALTERNATIVO:**

- *Durante la scottatura/bollitura dei broccoli come sopra descritto, agitare il vegetale nell'acqua bollente, sbattendo contro il lato della pentola più volte.*
- *Dopo aver rimosso i broccoli, immergendo i broccoli in acqua fredda, controllare a campionamento l'acqua bollita in una ciotola di vetro su una lampada.*
- *Se nell'acqua compaiono insetti, controllare minuziosamente ciascun fioretto.*
- *Se nell'acqua non compaiono insetti, i broccoli possono essere utilizzati dopo un forte lavaggio in acqua, che scorra dall'alto verso il basso e dal basso verso l'alto.*
- *Se si trova anche un solo insetto, l'intera testa deve essere controllata più scrupolosamente.*

## BROCCOLI TRITATI

I broccoli tritati non certificati sono abbastanza difficili da controllare e ne è pertanto sconsigliato l'utilizzo.

## BROCCOLI CONGELATI

Necessitano di un simbolo Kasher sulla confezione.

I broccoli congelati certificati Kasher sono ottenuti da raccolti speciali coltivati in zone dove l'infestazione non è prevalente. La loro pulizia è verificata mediante campionamento estensivo durante il raccolto e durante l'imballaggio.

I broccoli congelati non controllati, al pari dei prodotti a base di broccoli congelati, possono essere infestati. La ricerca ha dimostrato che le procedure di lavaggio attualmente seguito dalla maggior parte delle imprese sono inefficaci nell'eliminazione delle infestazioni.

L'esperienza ha dimostrato che i fiori e le lance di broccoli congelati non sono facilmente controllabili. E' pertanto meglio evitarli. L'ispezione di tali prodotti deve quindi essere effettuata in un'area ben illuminata, da una persona che abbia familiarità con l'aspetto degli afidi e dei tripidi tipici a questo vegetale.

## ISPEZIONE DI BROCCOLI CONGELATI NON CERTIFICATI:

1. lasciare scongelare completamente i broccoli. La scottatura/bollitura non è necessaria in quanto i broccoli sono già scottati.
2. ispezionare ogni sezione floreale: a) Esaminare attentamente la parte inferiore di ciascun fiore (cioè l'area ramificata). Prestare particolare attenzione alle fessure a forma di Y dove si originano i rami. b) Separare ogni testa del fiore e guardarla dall'alto verso l'interno.
3. se si trovano uno o due insetti, occorre prestare particolare attenzione nell'esaminare le restanti sezioni di tale pacchetto. In caso di presenza di tre insetti, rinvenuti in una sezione particolare o distribuiti tra le sezioni diverse di uno stesso imballaggio di broccoli, l'intero imballaggio deve essere scartato.

Se si trova anche un solo insetto, l'intera testa deve essere controllata più scrupolosamente.

## BASILICO - MENTA

### BASILICO/MENTA - FRESCHI



### DESCRIZIONE:

piante erbacee aromatiche annuali. Si differenziano dalla forma del fogliame e dalla fragranza del profumo e dell'aroma.

## INFESTAZIONE:

afidi, tripidi e altri insetti possono spesso essere trovati sulle foglie e sugli steli di queste erbe. Gli insetti tendono a nidificare nelle fessure tra le foglie e i rami delle erbe aromatiche. Questi insetti possono aderire alla foglia una volta che questa viene a contatto con l'acqua. I filatori di verdure, i tubi flessibili e le "light box" non sono sempre disponibili in casa. Si raccomanda pertanto di seguire una procedura alternativa.

Raccomandazione: per determinare se un particolare grappolo di erbe sia infestato, prima del lavaggio lo si sbatta più volte su un panno bianco, al fine di verificare la presenza di insetti. Questo è fondamentale per il controllo di origano, rosmarino, salvia e timo. Se si trovano solo uno o due insetti, procedere con le operazioni seguenti. Se, invece, tre o più insetti sono individuati in un particolare grappolo di erbe aromatiche, esso non dovrebbe essere usato.

## ISPEZIONE:

- *Sciacquare sotto una forte corrente d'acqua. Nel caso del basilico, prima rimuovere le radici.*
- *Immergere in acqua con "Veggie Wash" per 2 minuti, quindi strofinare ogni foglia tra le dita. Svuotare la vasca, togliendo basilico/menta con entrambe le mani, a piccoli grappoli, agitandolo sotto l'acqua.*
- *Sciacquare ogni foglia sotto una forte corrente d'acqua e mettere basilico/menta in un contenitore pulito di acqua dolce. Lasciare spurgare nell'acqua per almeno 2 minuti. Ripetere questa operazione, fino a quando non vi è più schiuma sulla superficie dell'acqua.*
- *Svuotare il contenitore, togliendo basilico/menta con entrambe le mani, a piccoli grappoli, agitandoli sotto l'acqua.*
- *Posizionare su una superficie pulita.*
- *Controllare almeno 3 campioni (da entrambi i lati) contro una luce fluorescente.*

# CARCIOFI

## CARCIOFO - FRESCO

### DESCRIZIONE:

I carciofi sono verdure a forma di palla, di dimensioni simili a quelle di una palla da tennis. Sono costituiti da molte foglie spesse, concentricamente disposte a rosetta. Queste foglie si irradiano da una base solida. Il cuore del carciofo prossimo alla base e gli strati più interni delle foglie sono quelli più commestibili.



## INFESTAZIONE:

i carciofi possono essere fortemente infestati da piccoli afidi color verde o grigio e/o da tripidi di color nero. Questi insetti penetrano profondamente tra le foglie spesse, che forniscono loro vitto e alloggio. Gli insetti possono quindi anche essere trovati tra gli strati più interni delle foglie intorno al cuore.

## ISPEZIONE:

i carciofi freschi possono essere preparati per essere utilizzati in uno dei modi seguenti:

- *Se si desiderano le foglie di carciofo: Dopo aver cucinato il carciofo, o a crudo tirare via ogni foglia ed esaminarla. Prestare particolare attenzione allo stelo della foglia (ovvero dove si trova il collegamento tra foglia e la base solida).*
- *Se si desidera consumare il cuore del carciofo: Distanziare le foglie del carciofo che avvolgono il cuore, facendo spazio tra le ante. Esaminare attentamente tra le foglie. Se non vi è alcun segno di infestazione da insetti, del carciofo il cuore può essere utilizzato dopo un accurato lavaggio.*
- *Il fondo del carciofo, non circondato da foglie, può essere utilizzato senza alcuna ispezione.*
- *Sempre sciacquare sotto una forte corrente d'acqua prima dell'utilizzo.*

*È consigliato utilizzare il procedimento B per il lavaggio.*

## CARCIOFO IN SCATOLA O CONGELATO

L'ispezione è molto difficile a causa della consistenza morbida del prodotto. I carciofi in scatola non certificati o carciofi barbati possono presentare varie preoccupazioni circa la kashruth. EVITARNE L'USO.

# CAVOLO

## CAVOLO - VERZA



## VERZA VERDE/ROSSA

Ogni foglia deve essere ispezionata a causa di infestazione da tripidi. In alternativa, utilizzare il processo A o B. Prestare attenzione all'apertura di pieghe. È inoltre sufficiente congelare le teste dei cavoli (con una durata minima di 48 ore) e poi risciacquare (senza spazzolare) sotto una forte acqua corrente. Fare attenzione ad aprire eventuali pieghe o fessure.



## CAVOLO FRESCO

Richiede un'ispezione, ma è difficile a causa della sezione compatta. Tagliare le fette sottili della sezione trasversale del cavolo, quindi posizionare una fetta alla volta su una luce. Gli insetti appariranno come una zona ombreggiata quando la luce penetrerà il cavolo altrimenti traslucido. Lavare entrambi i lati di ciascuna foglia sotto un forte flusso d'acqua corrente, facendo in modo che l'acqua raggiunga tutte le pieghe e le fessure delle foglie di cavolo. Si tratta di un compito estremamente noioso e difficile, che deve essere svolto solo da un individuo ben addestrato nella procedura e a conoscenza di cosa cercare. Pertanto, è consigliabile evitare l'uso.

## CAVOLO CONGELATO

I cavoli congelati devono essere accuratamente scansionati per individuare eventuali segni di infestazione. Non sono richiesti ulteriori controlli, a meno che non si riscontrino insetti. Gli ortaggi in scatola possono essere prodotti nelle fabbriche che gestiscono diverse linee di produzione sia kasher che non kasher. Pertanto, si raccomanda vivamente che tutte le verdure in scatola, sia straniere che nazionali, siano munite del simbolo di una certificazione kasher accettabile, altrimenti EVITARNE L'USO.

## CAVOLO VERDE

### DESCRIZIONE:

il cavolo verde/cappuccio è un comune ortaggio a forma di sfera. Le foglie si sovrappongono l'una all'altra e sono attaccate alla testa del cavolo. Generalmente le foglie esterne vengono rimosse, quindi solamente la testa (la parte più interna) raggiunge il consumatore.



### INFESTAZIONE:

il cavolo può essere infestato da tripidi nero/grigi. Anche se l'infestazione del cavolo è stagionale, e più diffusa durante i mesi estivi, la ricerca ha indicato che focolai d'infestazione si manifestano anche nei mesi invernali. Si consiglia pertanto l'ispezione durante tutto l'anno. Fortunatamente è stato accertato che l'infestazione è prevalentemente limitata ai primi tre strati di foglie, cioè le sei foglie più esterne sulla testa (due per strato). Se su queste sei foglie non si è trovato nulla, può essere considerato pulito e il resto della testa può essere consumato. Quanto detto vale per il cavolo della categoria A (vale a dire una qualità superiore). Se risultassero dei fori nelle foglie esterne della testa, sono indicativi della presenza di vermi. Pertanto è bene ispezionare più a fondo l'ortaggio.

### ISPEZIONE:

nota bene: quando si esaminano sacchi o casse di cavolo verza (tipicamente contenenti 12-16 teste di cavoli prelevati dallo stesso campo), se tre teste sono trovate completamente pulite, il resto dei cavoli della cassetta può essere utilizzato senza alcun controllo una volta che le foglie esterne siano state scartate. Il cavolo prelevato da contenitori più grandi deve essere controllato individualmente. Sono stati sviluppati diversi metodi per l'ispezione dei cavoli:

- *Staccare le foglie esterne (foglie avvolgenti) e scartarle.*
- *Il nucleo del cavolo deve essere diviso a metà, permettendo alle foglie di*

*essere pelate via più facilmente.*

- *Sbucciare i tre strati più esterni (circa sei foglie, escluse le seguenti foglie avvolgenti). Il resto della testa può essere utilizzato.*
- *Alcuni sostengono che le sei foglie più esterne dovrebbero essere controllate, piuttosto che scartate. Il modo più pratico per controllare è tenere la foglia sopra la luce diretta, poiché la foglia è traslucida e gli insetti non lo sono, risultando facilmente individuabili. Controllare entrambi i lati di ciascuna foglia.*
- *Se su queste sei foglie si trovano solo uno o due insetti, queste e le foglie rimanenti della testa possono essere utilizzate senza ulteriori controlli. Si consiglia di lavare le foglie rimanenti prima dell'uso.*
- *Se si trovano tre o più insetti sulle prime sei foglie, le restanti foglie devono essere accuratamente lavate e controllate prima dell'uso.*

Il secondo metodo sopra descritto non è praticabile quando il cavolo cappuccio è diviso in quarti.

## **CAVOLO CAPPUCCIO**



- *Pulire il cavolo eliminando lo sporco dai vari strati, in particolare le foglie non completamente attaccate.*
- *Tagliare il cavolo in quarti. Rimuovere la parte inferiore del cavolo (che tiene insieme le foglie). Con il pollice, smuovere le foglie nella zona appena esposta, assicurandosi che siano pulite e prive di insetti.*
- *Separare tutte le foglie e immergerle in acqua con "Veggie Wash" per 5 minuti. Dopo 5 minuti, strofinare ogni foglia tra le dita. Svuotare il contenitore togliendo i cavoli con entrambe le mani (tenendoli liberamente) a piccoli mazzetti, agitandoli sotto l'acqua.*
- *Sciacquare ogni foglia, su entrambi i lati, sotto un forte getto d'acqua, aprendo tutte le pieghe. Mettere le foglie in un contenitore di acqua pulita.*
- *Se si forma della schiuma sulla superficie, ripetere le fasi 4 e 5 sciacquando fino a quando non vi sia più schiuma sulla superficie dell'acqua.*
- *Controllare tre campioni, per assicurarsi che siano puliti su entrambi i lati, mettendoli contro luce.*

## CAVOLO CAPPUCCIO - CINESE - NAPA - VERZA



La spazzolatura durante il processo di lavaggio precedentemente indicato non deve essere utilizzata per il cavolo verza, a causa della superficie strutturata delle foglie. È possibile utilizzare il processo B.

## CAVOLO ROSSO



### DESCRIZIONE:

il cavolo cappuccio è un comune ortaggio a forma di sfera. Le foglie si sovrappongono l'una all'altra e sono attaccate alla testa del cavolo. Generalmente le foglie esterne vengono rimosse, quindi solamente la testa (la parte più interna) raggiunge il consumatore.

### INFESTAZIONE:

il cavolo rosso non ospita generalmente insetti e i periodi di infestazione sono rari. Pertanto, il consumatore dovrebbe essere più facilitante. Fare attenzione: la presenza di fori nella foglia del cavolo può indicare la presenza di insetti: il lavaggio delle foglie è raccomandato anche in assenza di un'accurata ispezione.

### PREPARAZIONE:

- *Sbucciare via le foglie esterne e scartarle.*
- *Il nucleo del cavolo deve essere diviso a metà, permettendo alle foglie di essere pelate via più facilmente.*
- *Lavare entrambi i lati di ciascuna foglia. I cavoli trinciati possono essere lavati in un contenitore di colabrodo/scolapasta.*
- *Non è richiesta alcuna particolare ispezione.*

## CAVOLO RICCIO



- *Mentre la testa del cavolo riccio ancora intera nell'acqua ed immergerla facendo un movimento circolare (in senso orario e antiorario). Cambiare l'acqua dopo ogni poche teste quando si fa una grande quantità di cavoli.*
- *Tagliare le foglie dal gambo e immergerle in acqua per 5 minuti. Immergere in acqua con "Veggie Wash" per cinque minuti, quindi strofinare ogni*

*foglia tra le dita. Svuotare la vasca togliendo la lattuga con entrambe le mani (tenendole libere) in piccoli grappoli e agitandole sotto l'acqua.*

- *Sciogliere le foglie sotto una forte corrente d'acqua. Mettere il cavolo riccio in un contenitore di acqua pulita e far scolare. Ripetere questa operazione fino a quando non vi è schiuma sulla superficie dell'acqua.*
- *Controllate tre manciate di foglie sopra una light box o sotto luce diretta. Se si fanno due tipi di cavolo riccio insieme, controllare 3 pezzi per ogni tipo. La nostra esperienza ha dimostrato che se le foglie sono lavate correttamente, non saranno trovati insetti.*

## CAVOLO RIPIENO/FARCITO

Durante la preparazione del cavolo per il ripieno/farcito, sono disponibili due opzioni aggiuntive. L'intera testa può essere congelata per 48 ore e poi scongelata o bollita in acqua, fino a che diventa morbida. (Il congelamento o l'ebollizione altera la consistenza della foglia e in questo modo gli insetti vengono lavati più facilmente.) Sbucciare le foglie dalla testa e lavare sotto un getto d'acqua. L'intera foglia deve essere esposta alla luce ed al diretto flusso d'acqua dal rubinetto. Attenzione: se il flusso d'acqua è troppo forte, può strappare le foglie. Ogni lato della foglia deve essere lavato. Il cavolo può quindi essere utilizzato senza ulteriori controlli. Si prega di notare che, quando si utilizza il processo di ebollizione per preparare le foglie di cavolo, si deve scartare l'acqua. Quest'ultima infatti non deve essere utilizzata per la cottura successiva.

## ERBE AROMATICHE

### PREZZEMOLO - CORIANDOLO



#### DESCRIZIONE:

pianta erbacea aromatiche annuali. Il coriandolo è detto anche “prezzemolo cinese”, e appartiene alla stessa famiglia del prezzemolo, del cumino, dell'aneto, e del finocchio. Le foglie vengono usate per aromatizzare, mentre i semi sono usati in cucina come spezia e in fitoterapia. Le foglie sono dentate e settate. I semi del coriandolo vengono utilizzati come spezia: sono dolci con un lieve sapore di limone e sono meno piccanti delle foglie.

#### INFESTAZIONE:

afidi, tripidi e altri insetti possono spesso essere trovati sulle foglie e sugli steli di queste erbe. Gli insetti tendono a nidificare nelle fessure tra le foglie e i rami di erbe aromatiche. Questi insetti possono aderire alla foglia, una volta che questa viene a contatto con l'acqua. I filatori di verdure, i tubi flessibili e le “light box” non sono sempre disponibili in casa. Si raccomanda pertanto di seguire una procedura alternativa.

Raccomandazione: per determinare se un particolare grappolo di erbe sia infestato, prima del lavaggio lo si sbatta più volte su un panno bianco, al fine di verificare la presenza di insetti. Questo è fondamentale per il controllo di origano, rosmarino, salvia e timo. Se si trovano solo uno o due insetti, si proceda con le seguenti operazioni. Se sono individuati tre o più insetti in un particolare grappolo di erbe aromatiche non lo si dovrebbe impiegare.

## **ISPEZIONE:**

- *Immergere le erbe in una soluzione di acqua fredda e detersivo per vegetali, facendo un movimento circolare (in senso orario e antiorario), al fine di allentare l'incollatura degli insetti al vegetale. In assenza di detersivo per vegetali, in alternativa possono essere utilizzate alcune gocce di un detergente liquido concentrato non profumato. Tuttavia, per motivi di salute, occorre fare molta attenzione e poi risciacquare accuratamente la soluzione saponosa.*
- *Usando un flusso d'acqua forte, lavare accuratamente ed eliminare qualsiasi materia estranea dalle erbe aromatiche. Sostituire progressivamente l'acqua. Solitamente sono necessarie solo le foglie di prezzemolo/coriandolo. In tal caso, tagliarle dagli steli prima di continuare con il passaggio*
- *Assicurarsi di non voler usare anche gli steli. In tal caso, lavare anche gli steli.*
- *Mettere in acqua con "Veggie Wash" per 5 minuti, quindi strofinare ogni foglia tra le dita.*
- *Svuotare il contenitore, togliendo il prezzemolo/coriandolo con entrambe le mani, a piccoli grappoli, agitandole sotto l'acqua.*
- *Mettere il prezzemolo/coriandolo in un contenitore di acqua pulita.*
- *Sciacquare ogni foglia, su entrambi i lati, sotto un forte getto d'acqua. Mettere in un contenitore pulito di acqua dolce per almeno 2 minuti. Ripetere questa operazione fino a quando non vi è più schiuma sulla superficie dell'acqua.*
- *Rimuovere il prezzemolo/coriandolo e porlo su una superficie pulita. Controllare almeno 3 campioni (su entrambi i lati) contro una luce fluorescente o sotto luce diretta.*
- *Se si trovano uno o due insetti, risciacquare le erbe e ripetere la procedura.*

## **PREZZEMOLO - FOGLIA RICCIA**



Fortemente infestato e molto difficile da controllare. L'ispezione è praticamente impossibile e quindi sconsigliato l'utilizzo.

Può essere impiegato il procedimento B, facendo attenzione a lavare accuratamente e individualmente ogni foglia con cura. Può essere usato per insaporire le minestre, prima di tutto

sigillando le foglie saldamente in un panno o in una borsa da gourmet, come descritto più avanti.

## PREZZEMOLO - FOGLIA PIANA



Fortemente infestato. L'ispezione è noiosa e richiede tempo. Può essere impiegato il procedimento B, facendo attenzione a lavare accuratamente e individualmente ogni foglia, facendo peraltro attenzione anche allo stelo scanalato.

Le erbe aromatiche, come coriandolo, aneto e prezzemolo, possono essere utilizzate per insaporire le minestre semplicemente lavandole accuratamente, e inserendole saldamente sigillate in un sacchetto di cottura, in un panno o in una borsa gourmet.

## SPEZIE AROMATICHE ESSICcate E NON



Tutte le spezie, anche quelle con certificazione kasher, devono essere controllate. Per controllare le spezie, bisogna esaminarne un campione, posizionandolo su una superficie colorata in contrasto, verificando l'assenza o la presenza di insetti. Per esempio: per i semi di sesamo, è bene metterne un po' su una superficie scura o nera; per i semi di papavero invece, per evidenziarne il contrasto, è bene metterne un po' su una superficie chiara - bianca.

Molte varietà di erbe aromatiche essiccate, semi e spezie sono infestate da acari, scarabei, vespe e altri parassiti. Alcune aziende di spezie usano fumigare regolarmente e/o sterilizzare le spedizioni alla rinfusa, prima dell'imballaggio per la vendita al dettaglio. La fumigazione ucciderà solo insetti maturi e non le uova di insetti che ancora non si sono schiuse, e che nel corso del tempo, potranno trasformarsi in insetti visibili. La sterilizzazione invece ucciderà anche le uova. Va osservato che né l'uno né l'altro sistema può rimuovere gli insetti morti dal prodotto. Tuttavia, i successivi processi di setacciatura, pulizia e imballaggio elimineranno probabilmente la maggior parte dei rifiuti estranei, frammentando tutto ciò che rimane. La pulizia e la setacciatura non sono però effettuate da tutte le aziende produttrici di spezie. Tra le spezie commercializzate intere vi sono peperoncino, coriandolo, finocchietto e paprica. Il prezzemolo è una delle spezie più soggette a infestazione. Esiste la possibilità che le confezioni al dettaglio di spezie sviluppino vermi, in particolare le spezie di bassa qualità. Le spezie secche devono essere conservate in un luogo fresco e asciutto.

Le spezie al dettaglio non richiedono controlli speciali, a meno che non vi siano prove di fettucce o incastrati nel vaso, e in questo caso dovrebbero essere scartate.

I sacchi di spezie all'ingrosso dovrebbero essere adeguatamente puliti e trattati.

Nota bene: le miscele di spezie e i condimenti devono recare un simbolo kasher. Inoltre, cipolla e aglio tritato in polvere possono essere trattati con agenti di flusso non kasher. Per questo motivo viene richiesta una certificazione. Va inoltre detto che Israele è diventato un importante esportatore di coriandolo, paprica e altre erbe aromatiche. Questo può porre il problema supplementare di kashrut in relazione alle mitzvòt di trumot, maasrot e 'orlah e alle loro norme.

## DESCRIZIONE:

basilico fresco, coriandolo, aneto, menta, origano, prezzemolo, rosmarino, salvia e timo sono spesso utilizzati come spezie o guarnizione.

Nota bene: il prezzemolo riccio è molto difficile da controllare. È pertanto raccomandato di utilizzare solo il prezzemolo a foglia piana.

## INFESTAZIONE:

afidi, tripidi e altri insetti possono spesso essere trovati sulle foglie e gli steli di queste erbe. Gli insetti tendono a nidificare nelle fessure tra le foglie e rami di erbe aromatiche. Questi insetti possono aderire alla foglia una volta che viene a contatto con l'acqua.

## ISPEZIONE:

nota: Per la preparazione di piccole quantità consultare la seguente sezione di erbe aromatiche per uso domestico. Si raccomandano le seguenti accortezze nella preparazione di grandi quantità di erbe aromatiche. Durante il controllo del basilico, i vermi possono occasionalmente trovarsi in tane all'interno del corpo della foglia. Cercare una stretta fessura traslucida: l'insetto risulterà macchiato da macchie nere che spezzano il colore verde intenso della foglia. Queste tane spesso intrappolano il verme all'interno della foglia. Per eliminare questi vermi dalla foglia, tagliare con attenzione la parte accidentata all'interno della tana con un coltello tagliente.

Raccomandazione: per determinare se un particolare grappolo di erbe sia infestato, prima del lavaggio lo si sbatta più volte su una light box o un panno bianco. Ciò è particolarmente importante per il controllo di origano, rosmarino, salvia e timo. Se più di tre grappoli di erbe aromatiche sono risultati infestati, l'intera confezione non deve essere utilizzata.

- *Immergere le erbe in una soluzione di acqua fredda e detersivo per vegetali, facendo un movimento circolare (in senso orario e antiorario) al fine di allentare l'incollatura degli insetti al vegetale. In assenza di detersivo per vegetali, in alternativa possono essere utilizzate alcune gocce di un detergente liquido concentrato non profumato. Tuttavia, per motivi di salute, occorre fare attenzione a risciacquare accuratamente la soluzione saponosa.*
- *Usando un flusso d'acqua forte, lavare accuratamente, eliminando qualsiasi materia estranea dalle erbe aromatiche.*
- *Togliere le erbe aromatiche e centrifugarle con un filatore vegetale.*
- *Porre le erbe aromatiche su una superficie pulita. Controllare almeno 3 campioni contro una luce fluorescente o sotto luce diretta.*
- *Se si trovano uno o due insetti, risciacquare le erbe e ripetere la procedura (1-3).*
- *Nel caso in cui si trovino tre insetti, TUTTE le foglie devono essere attentamente ispezionate.*
- *Se, dopo aver ripetuto due volte il processo di agitazione, vengono trovati degli insetti, l'intero gruppo deve essere scartato.*



## FINOCCHIO

### DESCRIZIONE:

il finocchio è una pianta erbacea che appartiene alla famiglia delle Ombrellifere, probabilmente originaria dell'Asia Minore ma diffusa in tutta l'area del Mediterraneo. È opportuno fare distinzione tra finocchio selvatico e quello coltivato. Le due varietà fanno parte della stessa famiglia, ma mentre quello selvatico cresce in maniera spontanea e viene usato come pianta aromatica, quello coltivato, (o comune), dispone di una parte edibile, detta "grumolo", costituita dalla parte basale delle foglie e caratterizzata da un sapore più dolce e meno pungente rispetto a quello del finocchio selvatico. Il finocchio è una pianta biennale o perenne: ha una radice piuttosto robusta e di grossa taglia, il fusto eretto e spesso, di color verde, alto da 80-140 cm, le foglie ed i fiori escono dai petali gialli raggruppati in ombrelle. Ai semi di finocchio, sono attribuite proprietà digestive e stimolanti per lo stomaco e l'intestino, venendo impiegati per tisane e per aromatizzare alimenti.

### INFESTAZIONE:

diversi parassiti possono infestare il finocchio: afidi, tripidi, vermi e altri insetti possono spesso trovarsi tra le foglie.

### ISPEZIONE:

- *Tagliare la parte superiore e inferiore e rimuovere le foglie esterne.*
- *Separare ogni strato - le foglie così da agevolare il controllo visivo.*
- *Mettere in acqua con "Veggie Wash" per 5 minuti, quindi agitare vigorosamente per 2 minuti. Svuotare il contenitore, togliendo il finocchio.*
- *Mettere il finocchio in un contenitore pulito di acqua dolce.*
- *Sciacquare ogni foglia su entrambi i lati sotto un forte getto d'acqua.*
- *Ripetere questa operazione, fino a quando non vi è più schiuma sulla superficie dell'acqua.*
- *Rimuovere il finocchio e posizionarlo su una superficie pulita. Controllare almeno 3 campioni (su entrambi i lati) contro una luce fluorescente.*



# SCALOGNO

## SCALOGNO



### DESCRIZIONE:

lo scalogno, detto anche scalogna, è una pianta della famiglia delle Liliacee. È affine alla cipolla, con la quale condivide molte caratteristiche e similitudini di utilizzo. Il nome designa tanto la pianta quanto il suo bulbo.

### INFESTAZIONE:

generalmente privi d'insetti, ma a volte infestati da tripidi, che possono sviluppare mosche della frutta, se è maturato eccessivamente o se immagazzinato in modo inappropriato.

### ISPEZIONE:

- *Tagliare la parte superiore e inferiore dello scalogno. Verificare che gli strati siano saldi. Se c'è spazio tra i livelli, controllare ogni livello singolarmente.*
- *Lavare gli scalogni sotto l'acqua corrente, preferibilmente strofinando con le dita.*

# PORRI FRESCI

## PORRI FRESCI



### DESCRIZIONE:

Il porro, a volte chiamato cipolla verde, è una pianta erbacea della famiglia delle Liliacee. Ha un bulbo cilindrico di color bianco, che si sviluppa in lunghi germogli verdi dritti.

### INFESTAZIONE:

spesso infestato da tripidi che possono essere di colore verde chiaro o marrone. Ci sono tre sezioni nel porro, ognuna delle quali ha il suo requisito specifico di preparazione prima dell'uso;

1) **FONDO** - bulbo: sezione abbastanza solida immediatamente sopra di esso,

2) **APICE** - steli cavi verdi,

3) **CENTRO** - zona di giunzione, da cui germogliano i rami.

Dopo aver tagliato le radici, il bulbo (e la parte solida sopra di esso) può essere utilizzato dopo il lavaggio sotto acqua corrente. La zona superiore verde del peduncolo può essere utilizzata anche senza alcun controllo. (Tuttavia, secondo alcune opinioni, si dovrebbero tagliare gli steli aperti longitudinalmente e ispezionare, o impiegare i sistemi di lavaggio A o B. L'area di giunzione è la sezione del porro più spesso infestata. Tagliare a sezioni due centimetri sopra la giunzione più alta e sotto la giunzione più bassa. Tagliare longitudinalmente e separare i vari strati. Ispezionare attentamente o utilizzare il processo B.

## **ISPEZIONE:**

- *Tagliare le radici. Se alcuni strati non sono puliti, (e sono sciolti o rovinati), sbucciare prima del lavaggio. Verificare la presenza di punti più leggeri o gallerie sulla superficie degli steli di colore verde scuro. Se trovati, rimuovere.*
- *Tagliare in senso longitudinale, facendo attenzione che non vi siano strati chiusi, soprattutto alle giunzioni.*
- *Separare tutti gli strati e sciacquare accuratamente sotto un forte getto d'acqua corrente. Immergerli in acqua con "Veggie Wash" per 5 minuti. Spruzzare vigorosamente per 2 minuti e svuotare il contenitore.*
- *Mettere i porri in un contenitore di acqua pulita. Risciacquare ogni porro sotto una forte corrente d'acqua, spazzolare con una spazzola vegetale e riporre in un bacino pulito di acqua. Ripetere il passaggio 4 fino a quando non vi è più schiuma sulla superficie dell'acqua.*
- *Controllare che l'acqua non sia contaminata e controllare 3 porri campione su entrambi i lati, contro una luce fluorescente. È necessario prestare particolare attenzione alle zone di giunzione, dove gli insetti sono più spesso presenti.*
- *I porri colpiti da insetti devono essere scartati, ed è quindi necessario controllare l'intero gruppo.*

# **SEDANO**

## **SEDANO**



## **DESCRIZIONE:**

il sedano è una pianta di gambo verde alto che cresce in grappoli ben formati. Rami di piccole dimensioni dotati di foglie si estendono dalle cime degli steli.

## INFESTAZIONE:

occasionalmente il sedano può essere infestato da tripidi, o da infestazioni secondarie come la piccola mosca nera. Questi insetti si trovano solitamente sulle foglie e occasionalmente nel solco del peduncolo del sedano vicino alla base. Meno spesso, i vermi possono essere trovati all'interno della carne del gambo del sedano. Tali vermi sono distinguibili dai solchi che creano all'interno del gambo, che sono stretti sentieri punteggiati da puntini neri.

## ISPEZIONE:

- *Rimuovere e scartare le foglie.*
- *Tenere il gambo di sedano saldamente sotto un flusso d'acqua forte, spennellare sia all'interno che all'esterno del gambo del sedano con un dito o un pennello vegetale.*
- *Se il gambo del sedano è macchiato probabilmente a causa di un verme, tagliare a fessura il gambo aperto del sedano, rimuovere il verme e lavare accuratamente.*

*Nota: Per utilizzare foglie di sedano, occorre lavarle accuratamente con una soluzione saponata (preparata con detersivo alimentare) e ispezionare; oppure è necessario porle in un sacchetto di cottura.*

# RADICCHIO

## RADICCHIO



## DESCRIZIONE:

esistono numerose varietà di radicchio; alcune sono selvatiche, altre coltivate. L'aspetto e anche il sapore cambiano in base alla tipologia e alla regione di provenienza. Può essere a forma sferica o allungata. Esistono varietà di radicchio dal sapore amaro ed altre più dolci, quasi tutte sono croccanti. Le tipologie di radicchio si dividono essenzialmente in due grandi gruppi: quelli con foglie dal colore rosso intenso e quelli con foglie variegata. Sono pregiati il radicchio rosso di Treviso, il radicchio rosso di Verona e il radicchio rosso di Chioggia.

## INFESTAZIONE:

generalmente non infestato. Utilizzare dopo il controllo di ogni foglia e il lavaggio sotto forte acqua corrente.

## ISPEZIONE:

- *Separare le foglie e immergerle in acqua per 5 minuti. Strofinare ogni foglia tra le dita, poi svuotare la vasca; togliendo il radicchio con entrambe le mani a piccoli grappoli, agitando il tutto sotto l'acqua.*
- *Sciacquare ogni pezzo sotto una forte corrente d'acqua e mettere il radicchio in una vasca d'acqua pulita. Sfregare vigorosamente per alcuni minuti. Ripetere questa operazione fino a quando non vi è più schiuma sulla superficie dell'acqua. Collocare il radicchio su una superficie pulita.*
- *Controllare almeno 3 campioni (su entrambi i lati) contro una luce fluorescente.*

# INDIVIA BELGA

## INDIVIA BELGA



## DESCRIZIONE:

ci sono tre varietà principali di indivie: belga, cicoria e riccia. L'indivia belga, la più nota varietà popolare, è un piccolo sigaro con una lunghezza di circa sei pollici, con foglie leggermente amare.

## INFESTAZIONE:

le indivie belghe sono in genere pulite e prive di infestazione. Tuttavia, è consigliabile lavare le foglie prima del consumo. Le cicorie e le indivie ricce richiedono un attento controllo poiché i tripidi possono trovarsi sulle loro foglie.

## ISPEZIONE:

- *Tagliare i fondi. Se le foglie esterne non sono pulite, rimuoverle. Se la parte superiore è rovinata, rimuoverla. Controllare prima 3 foglie da entrambi i lati. Se sono puliti, separare le foglie.*
- *Lavare le indivie sotto l'acqua corrente preferibilmente strofinando con le dita.*
- *Metterle nell'acqua con "Veggie Wash" per 5 minuti, quindi agitare vigorosamente per 2 minuti. Svuotare la vasca, togliendo le indivie agitandole sotto l'acqua. Mettere le indivie in un contenitore di acqua pulita.*

- *Sciacquare ogni foglia, su entrambi i lati, sotto un forte getto d'acqua. Ripetere questa operazione fino a quando non vi sia più schiuma sulla superficie dell' acqua.*
- *Rimuovere le indivie e posizionarle su una superficie pulita. Controllare almeno 3 campioni (su entrambi i lati) contro una luce fluorescente.*

## CIPOLLE

### CIPOLLE



### DESCRIZIONE:

bulbo generalmente a forma circolare.

### INFESTAZIONE:

per lo più sono prive di insetti, anche se a volte possono essere infestate da tripidi e possono sviluppare mosche della frutta se eccessivamente mature o se immagazzinate in modo inappropriato.

### ISPEZIONE:

- *Tagliare la parte superiore e inferiore della cipolla. Verificare che gli strati siano saldi. Se c'è spazio tra i livelli, controllare ogni livello singolarmente. Una cipolla "gemella" deve essere separata e accuratamente controllata. Se le cipolle devono rimanere non lavorate durante la notte, bisogna chiuderle in dei recipienti chiusi, oppure bisogna versare sale o olio sopra di esse.*

## FUNGHI

### FUNGHI - FRESCHI



## DESCRIZIONE:

oggi molte varietà di funghi sono diventate numerose e popolari. Le dimensioni e le forme variano enormemente e i colori possono variare dal bianco al nero con uno spettro completo di colori mediani. I funghi coltivati sono le varietà più comunemente reperibili nei supermercati e possono essere consumati dopo una rapida scansione visiva del prodotto. Nei negozi di frutta e verdura, dove è possibile trovare anche prodotti più esotici delle ordinarie varietà Portobello, Ostrica, Porcini ecc. vi è maggiore probabilità di infestazione.

## INFESTAZIONE:

i funghi coltivati sono generalmente esenti da infestazioni. Portobello e funghi ostriche possono essere infestati da insetti durante tutto l'anno. I più comuni parassiti presenti nei funghi portobello sono piccoli vermi biancastri con le teste nere. Questi vermi possono essere difficili da individuare. Possono essere rinvenuti anche nella struttura a ventaglio sotto la cappella del fungo. Un'indicazione della presenza di questi vermi è data da piccole mosche che si aggirano intorno al fungo. I funghi ostriche possono essere infestati con piccoli insetti rossi che si trovano all'interno nelle sezioni del fungo rendendoli estremamente difficili da controllare.

## ISPEZIONE:

shitake e funghi Button possono essere utilizzati dopo un lavaggio completo. I funghi ostriche devono essere spezzati in diversi punti. Prestare attenzione alla base, dove si trovano piccoli vermi rossi. Esaminare accuratamente tutte le sezioni interne. Se si trovano insetti, il fungo deve essere scartato.

- *Togliere i funghi rovinati.*
- *Lavare i funghi (in piccole quantità) sotto una forte corrente d'acqua prima di sezionarli.*
- *Se fresco, ispezionare almeno 3 campioni. Se i funghi hanno iniziato a diventare marroni, ispezionare più di 3 campioni.*

## FUNGO PORTOBELLO:

- *Rimuovere lo stelo della cappella del fungo.*
- *Esaminare lo stelo staccato per individuare eventuali segni di vermi.*
- *Prendendo in mano la cappella del fungo, staccare con un cucchiaio l'intero ventilatore marrone sottostante alla cappella.*
- *Lavar accuratamente, uno ad uno, sotto un forte getto d'acqua, strofinando ogni superficie.*

**GRANOTURCO**

**GRANOTURCO**



## GRANOTURCO FRESCO - SULLA PANNOCCHIA

Generalmente non infestato. Tuttavia, si consiglia di risciacquare sotto una forte acqua corrente, dopo aver rimosso la buccia.

## GRANOTURCO ESSICCATO PER “POPCORN”

Generalmente non infestato e non richiede ispezione. Se durante una rapida scansione visiva si notano dei fori, l'intera confezione deve essere ispezionata in quanto i fori possono essere un segno di infestazione.

# SPINACI - RUCOLA

## SPINACI - RUCOLA



## SPINACI FOGLIA PIANA - RUCOLA

### DESCRIZIONE:

le foglie lisce verde scuro di questi ortaggi sono noti per il loro sapore leggermente amarognolo e alto valore nutrizionale.

Attenzione: Si consiglia di utilizzare solo spinaci a foglia piatta, poiché la loro superficie piana lo rende adatto per un lavaggio efficiente. Gli spinaci ricci sono difficili da pulire e controllare. È pertanto sconsigliato.

### INFESTAZIONE:

spinaci e rucola tendono ad essere altamente infestati tutto l'anno. Tritoni verde chiaro sono spesso nei riccioli delle foglie. Occasionalmente, vermi possono essere trovati all'interno del corpo della foglia. I vermi si trovano in uno stretto cunicolo traslucido maculato, con puntini neri nella foglia. Queste tane spesso intrappolano il verme all'interno della foglia. Per liberare la foglia da questi vermi, tagliare con attenzione la parte con un coltello affilato e rimuovere il verme.

### ISPEZIONE:

- *Immergere le foglie in una soluzione di acqua fredda e detersivo per vegetali. In assenza di detersivo per vegetali, diverse gocce di un detergente liquido concentrato non profumato possono essere utilizzate. Tuttavia, per motivi di salute, occorre fare attenzione a risciacquare accuratamente la soluzione saponosa.*
- *Separare le foglie di spinaci e agitare nella soluzione saponosa.*
- *Rimuovere tutte le sostanze estranee dalla superficie della foglia con un*

*flusso d'acqua forte. In alternativa, può essere utilizzato su entrambi i lati della foglia un pennello per ortaggi.*

- *Varie foglie dovrebbero essere controllate alla luce per verificare l'efficacia della procedura di lavaggio in entrambi i lati.*
- *In un ambiente commerciale, è consigliato un filatore vegetale. I vantaggi di centrifugazione sono diversi sia per la lavorazione che per il prodotto.*
- *6 Controllate tre manciate di foglie sopra una "light box" o sotto luce diretta. La nostra esperienza ha dimostrato che se le foglie sono lavate correttamente, non saranno trovati insetti.*

## **BABY SPINACI PRELAVATI**

- *Separare le foglie ed immergerle nell'acqua con "Veggie Wash" per 5 minuti, quindi strofinare ogni foglia con le dita.*
- *Svuotare il contenitore, togliendo gli spinaci con entrambe le mani (tenendoli liberamente) a piccoli mazzetti e agitandoli sotto l'acqua.*
- *Mettere gli spinaci in un contenitore con acqua pulita.*
- *Sciacquare ogni foglia, di entrambi i lati, sotto un forte getto d'acqua. Ripetere questa operazione fino a quando non vi è più schiuma sulla superficie dell'acqua.*
- *Rimuovere gli spinaci e posizzarli su una superficie pulita. Controllare almeno 3 campioni su entrambi i lati contro una luce fluorescente.*

## **ALTRI TIPI DI SPINACI**

Seguire i procedimenti A e B. Controllare ogni singola foglia, una per una, e tagliare gli steli attraversati da cavità. Eliminare tutte le aree che sembrano rovinate o consumate.

## **SPINACI - FOGLIE RICCE**

Spesso infestati da afidi/tripidi. È richiesta un'ispezione accurata di ogni foglia (seguire i procedimenti A e B).

## **SPINACI CONGELATI NON CERTIFICATI**

Essendo spesso congelati in cubetti, l'ispezione è praticamente impossibile.  
EVITARNE L'USO.



## PISELLI



### PISELLI - PISELLI VERDI E BACCELLI DI PISELLI

Piselli verdi coltivati e piselli nel baccello non richiedono ispezioni particolari. Tuttavia, i baccelli importati possono contenere vermi: devono, pertanto, essere ispezionati.

Lavare tutti i piselli e controllarne 3 da ogni sacchetto.

# FARINA - CEREALI - LEGUMI

## FARINA - CEREALI - LEGUMI



### FAGIOLI - CECI - GRANO - ORZO - FARRO - RISO - AVENA

Questi alimenti non richiedono ispezioni particolari.

- *Esaminare la confezione o il contenitore, verificare che la data di scadenza non sia stata oltrepassata.*
- *Se si noteranno sostanze simili a fili, si tratta di un segno d'infestazione.*
- *Immergere in acqua per 10-15 minuti e quindi esaminare la superficie.*
- *Controllare un campione, posizionandolo su una superficie colorata a contrasto, e verificando la presenza di insetti.*
- *Agitare con le mani per separare le sostanze estranee.*
- *Rimuovere tutti i legumi che galleggiano sull'acqua.*

### RISO SFUSO/SELVATICO

Gli imballaggi alla rinfusa e i sacchi di riso selvatico possono essere infestati da vermi. Per determinare se il riso selvatico è infestato, mettere più di una manciata di riso in una ciotola d'acqua e verificarne lo stato.

# CAVOLINI - GERMOGLI DI BRUXELLES

## CAVOLINI - GERMOGLI DI BRUXELLES



### DESCRIZIONE:

hanno la forma di una piccola pallina. I cavolini o germogli di Bruxelles sono spesso fortemente infestati e devono essere completamente staccati per consentire un esame adeguato. Il processo B può essere impiegato. Tuttavia, questo processo è noioso e dispendioso in termini di tempo, non essendo pratico. Per questo motivo, il loro consumo non è raccomandato.

# CARRUBA

## CARRUBA



Di solito non fresca - essiccata e quindi con alta possibilità d'infestazione. Difficile da ispezionare, va aperta e completamente visionata prima dell'uso.

# LATTUGA

## LATTUGA ROMANA - ICEBERG



Esistono diverse specie di lattuga e devono essere controllate secondo le seguenti istruzioni: RUCOLA, BOSTON, CICORIA, SCAROLA, FOGLIA VERDE, ICEBERG, ROMANA, FOGLIA ROSSA ecc. Oltre ad essere servite come contorno, sono spesso usate per guarnire piatti caldi o freddi.

- *Separare le foglie dalla testa, aprendo tutte le pieghe dalle foglie. Immergere la lattuga in acqua con "Veggie Wash" per cinque minuti,*

*quindi strofinare ogni foglia tra le dita. Svuotare la vasca, togliendo la lattuga con entrambe le mani a piccoli grappoli e agitare sotto l'acqua.*

- *Mettere la lattuga in un contenitore di acqua pulita. Strofinare vigorosamente. Ripetere questa operazione fino a quando non vi è più schiuma sulla superficie dell'acqua.*
- *Sciacquare ogni pezzo di lattuga, uno per uno, sotto un forte getto d'acqua.*
- *Controllare uno ad uno (su entrambi i lati) contro una luce forte, possibilmente fluorescente. Per questa procedura si consiglia una "light box".*

## LATTUGA ROMANA

Fortemente infestata da tripidi/afidi e molto difficile da ispezionare, a causa della struttura irregolare delle foglie: ogni foglia deve essere separata ed ispezionata. Il processo di "spazzolatura durante il lavaggio" può essere utilizzato, tuttavia bisogna assicurarsi di aprire le eventuali pieghe tra le foglie. Può essere utilizzato anche il processo B.

## LATTUGA ICEBERG

### DESCRIZIONE:

la lattuga Iceberg è una comune foglia a forma di sfere vegetale. Le foglie si sovrappongono l'una all'altra. Generalmente le foglie esterne vengono rimosse quindi solamente la testa (la parte più interna) raggiunge il consumatore.

### INFESTAZIONE:

la lattuga di Iceberg può avere tripidi nero/grigi e/o afidi verdi. Anche se l'infestazione della lattuga è stagionale, e più diffusa durante i mesi estivi, la ricerca ha indicato che i focolai di infestazione si verificano anche nei mesi invernali. Raccomandiamo pertanto d'ispezione della lattuga durante tutto l'anno. Fortunatamente, è stato accertato che l'infestazione è prevalentemente limitata ai primi quattro strati di foglie, ossia gli otto più esterni. Pertanto, il resto della testa può essere utilizzata.

### ISPEZIONE:

Sono stati sviluppati due metodi per l'ispezione della lattuga iceberg:

Metodo preferito:

- *Staccare le "foglie avvolgenti" e scartare.*
- *Dividere il nucleo a metà.*
- *Sbucciare i quattro strati più esterni fuori dal nucleo/testa.*
- *Controllare attentamente queste otto foglie alla luce diretta. Siccome la foglia è traslucida e gli insetti non lo sono, risultano pertanto visibili, controllare entrambi i lati di ciascuna foglia.*
- *Se non si trovano insetti su queste otto foglie, queste foglie, così come*

*le altre della testa, possono essere utilizzate senza ulteriori controlli. È consigliato, ma non necessario, lavare le foglie rimanenti prima dell'uso.*

- *Se si trovano tre o più insetti sulle prime otto foglie, le restanti le foglie devono essere lavate e controllate prima dell'uso.*

Metodo alternativo:

Dopo aver completato le fasi 1-3 di cui sopra, gettare le otto foglie più esterne. La parte rimanente della testa può quindi essere utilizzata senza ulteriori controlli. Si raccomanda, ma non è necessario, di lavare le foglie rimanenti prima dell'uso. Quando la lattuga triturata è desiderata per l'uso in qualsiasi tipo di insalata, e i quarti di lattuga devono rimanere ben imballati, il seguente metodo alternativo è raccomandato. Le foglie esterne delle sezioni dei quarti possono essere rimosse, controllate e sostituite prima della triturazione.

## LATTUGA FOGLIA APERTA

### DESCRIZIONE:

le lattughe crescono tutte in modo simile. Germogliando fuori dal suolo, le foglie iniziano ad aprirsi come un fiore. Verso la fine della loro crescita, cominciano a chiudersi intorno al peduncolo.

### INFESTAZIONE:

gli insetti più comunemente presenti nella lattuga a foglie aperte sono piccoli afidi verdi o tripidi. La struttura aperta di questi ortaggi permette agli insetti di penetrare nell'intera testa. Spesso, gli insetti possono trovarsi tra gli strati più interni delle foglie di una testa infestata. Pertanto, ciascuno di essi deve essere lavato e controllato singolarmente. L'utilizzo di una light box per il controllo della lattuga è estremamente importante ed utile. Occasionalmente, possono essere trovati vermi in tane all'interno della struttura della foglia, in uno stretto canale traslucido macchiato di nero, che spezza il colore verde intenso della foglia. Queste tane spesso intrappolano il verme all'interno della foglia. Per liberare la foglia da questi vermi, tagliare con attenzione la parte accidentata con un coltello affilato e rimuovere il verme.

Nota bene: molte varietà presentano foglie ricce, con molte pieghe in cui gli insetti tendono a nascondersi. Raccomandiamo pertanto che siano lavate e controllate con estrema cautela.

### ISPEZIONE:

- *Tagliare la base della lattuga e separare le foglie.*
- *Immergere le foglie in una soluzione di acqua fredda e sapone per vegetali. In assenza di sapone per vegetali, alcune gocce di un detergente liquido concentrato non profumato possono essere utilizzate. Tuttavia, per motivi di salute, occorre fare molta attenzione a poi risciacquare accuratamente la soluzione saponosa.*
- *Agitare le foglie di lattuga nella soluzione.*
- *Stendere ogni foglia, avendo cura di esporre tutti i suoi riccioli e fessure. Utilizzare un flusso d'acqua forte per rimuovere tutte le sostanze estranee ed il sapone da entrambi i lati di ogni foglia. In alternativa, un pennello per ortaggi può essere utilizzato su entrambi i lati della foglia.*
- *Varie foglie dovrebbero essere controllate alla luce per verificare l'efficacia*

*della procedura di lavaggio in entrambi i lati. Prestare particolare attenzione alle pieghe e alle fessure della foglia dove si trovano gli insetti.*

- *Se è pratico, meglio controllare ogni cavità e fessura.*
- *Se il metodo di lavaggio sopra descritto non è praticabile, ciascuna foglia deve essere accuratamente ispezionata.*
- *In un ambiente commerciale, è consigliato un filatore vegetale. I vantaggi di centrifugazione sono vari sia per la lavorazione che per il prodotto.*
- *Controllate tre manciate di foglie sopra una light box o sotto luce diretta. La nostra esperienza ha dimostrato che se le foglie sono lavate correttamente, non saranno trovati insetti.*

## FIORI DI ZUCCA (ZUCCHINA)

### FIORI DI ZUCCHINA



### DESCRIZIONE:

I fiori commestibili assomigliano a grandi orchidee o viole.

### INFESTAZIONE:

alcune varietà di fiori commestibili possono essere infestate da tripidi. Altre varietà, in particolare le orchidee viola, sono spesso esenti da infestazione.

### ISPEZIONE:

a causa della delicata struttura di alcuni fiori commestibili, il primo lavaggio deve essere fatto delicatamente per non rovinare l'ortaggio.

- *Sciacquare singolarmente ogni fiore, sotto un leggero getto d'acqua corrente.*
- *Aprire il fiore ed ispezionare il suo interno.*
- *Lasciare il fiore alcuni minuti in un recipiente con acqua pulita.*
- *Posizionare il fiore su una superficie pulita e visionare nuovamente il suo interno.*

# CAVOLFIORE

## CAVOLFIORE



## CAVOLFIORE FRESCO/CONGELATO

### DESCRIZIONE:

cavolfiore è un vegetale bianco, simile a un albero in miniatura. Il suo robusto fusto centrale si divide in molti rami più piccoli, che sono coronati da fiori bianchi strettamente raggruppati.

### INFESTAZIONE:

sui sottili rami bianchi si possono trovare dei tripidi, o tra i fiori di cavolfiore confezionati ermeticamente. Questi insetti sono facilmente riconoscibili per il loro colore nero, che contrasta con il vegetale bianco. Piccoli insetti arancione possono a volte essere visti aggrappati all'esterno del cavolfiore. Questi insetti sono facilmente rimovibili con un getto d'acqua diretto.

### ISPEZIONE:

- *Separare e rimuovere i fiori di cavolfiore dal fusto.*
- *Esaminare i diversi pezzi del cavolfiore, prestando particolare attenzione alla parte inferiore del fioretto.*
- *Lavare accuratamente prima dell'uso.*
- *Le teste di cavolfiore infestate sono difficili da pulire e se ne sconsiglia l'utilizzo.*

# FRUTTA SECCA

## FRUTTA SECCA



### UVA PASSA - ALBICOCCHE ECC.

- *Rimuovere alcuni campioni da ciascuna scatola e immergerli in una bacinella d'acqua.*
- *Ispezionare l'acqua per rilevare eventuali infestazioni. Se l'acqua è pulita, è possibile utilizzare la scatola.*

- *Se la confezione rimane aperta per un certo periodo di tempo, è necessario ripetere i passaggi 1 e 2.*
- *Le albicocche secche importate devono essere controllate individualmente.*

## FICHI

spesso infestato dalla vespa del fico. Tagliare il frutto e controllare internamente. La larva apparirà nerastra, in contrasto con la polpa brunastra del fico e dei semi.

## DATTERI

Datteri essiccati sono accettabili senza hashgachà - controllo rabbinico. Tuttavia, visto che Israele è diventato un importante esportatore di datteri essiccati, bisognerebbe fare attenzione che i prodotti israeliani abbiano una certificazione kasher che garantisca al consumatore che le mitzvot di terumot, maasrot e 'orlah (precetti legati alla frutta coltivata nella terra d'Israele) siano state osservate correttamente.

I datteri importati, ad esempio dal Pakistan, sono spesso altamente infestati e dovrebbero essere evitati. Tuttavia, quando si utilizzano datteri interi, si consiglia di tagliare i datteri in senso longitudinale e verificare all'interno la presenza di piccoli vermi. La presenza di fettucce all'interno è indicazione di presenza di vermi.

## NOCI

Le noci americane coltivate generalmente non richiedono ispezioni. Tuttavia, se sono state in dispensa per un lungo periodo di tempo, devono essere sottoposte a scansione per rilevare segni di fettucce e/o chiusura dei residui in polvere insieme. Queste situazioni sono segni di infestazione. Inoltre, se si notano dei buchi nei gusci, l'imballaggio deve essere accuratamente ispezionato, in quanto i buchi possono essere indice di infestazione.

Tutti i frutti secchi devono essere conservati in luogo fresco e asciutto, in un recipiente ben chiuso.

I seguenti tipi di frutta secca non presentano problemi di insetti, purché siano immagazzinati e manipolati correttamente. Tuttavia, è richiesta un'hashgachà - controllo rabbinico affidabile per i casi seguenti:

a - mele essiccate spesso trattate con stearati,

b - banane fritte nell'olio,

c - ciliegie fuse con aromi e coloranti,

d - mirtilli rossi fusi con aromi e coloranti,

e - mango infuso con coloranti e trattato con barriera idrica,

f - papaia infusa con coloranti e aromatizzanti e trattata con barriera idrica,

g - uva passa rivestita di olio,

h - frutta candita spesso trattata con coloranti e aromatizzanti,

i - albicocche, nettarine, pesche, pere, ananassi, prugne secche e prugne domestiche. Luvetta è ammessa senza certificazione, a condizione che l'imballaggio indichi che sono tutte naturali e non sono stati aggiunti oli.

La frutta spezzettata richiede un'adeguata certificazione, dato che è spesso trattata con un flusso di sigillanti contro l'umidità.

Come regola generale, la frutta a guscio grezza non deve essere certificata. Le noci tostate e stagionate, all'interno o all'esterno del guscio, richiedono una certificazione affidabile. Queste noci sono spesso trattate con gelatina o oli durante la lavorazione.

Le arachidi tostate ancora in gusci sono accettabili senza certificazione.

Le noci sono raramente colpite da vermi. Tuttavia, bisogna fare attenzione a evitare noci e anacardi, quando i gusci appaiono perforati come da piccole conchiglie. Questo può essere segno di infestazione.

Nota bene: la frutta secca immagazzinata per lunghi periodi di tempo deve essere conservata con cura. Prima dell'uso, verificare la presenza di segni di infestazione.

Per poter verificare l'infestazione di frutta secca, noci e cereali mettere questi alimenti in un contenitore con dell'acqua. Lasciar riposare per un breve periodo. Se sono presenti dei vermi, galleggeranno in alto nell'acqua.

# FRUTTI DI BOSCO

## FRUTTI DI BOSCO



I lamponi e le more sono spesso estremamente infestati. È quasi impossibile pulirli senza rovinare il frutto. L'ispezione corretta di queste bacche richiede molta pazienza. I lamponi freschi e le more di rovo non sono consigliati a causa della difficile ispezione. Oggi comunque è possibile trovare nei supermercati frutti di bosco coltivati, dove un primo controllo è già stato fatto dalle aziende produttrici. L'ispezione delle bacche deve essere effettuata in una zona ben illuminata. In un esercizio commerciale è consigliato l'utilizzo di una "light box".

## LAMPONI



### DESCRIZIONE:

considerato da molti il più intensamente aromatizzato membro della famiglia dei frutti di bosco. Esistono tre varietà principali: nero, dorato e rosso, e quest'ultimo è il più ampiamente conosciuto e disponibile. I lamponi freschi sono in genere disponibili da maggio a novembre.

### INFESTAZIONE:

i lamponi possono essere fortemente infestati da piccoli acari e tripidi. Questi insetti possono annidarsi sulla superficie della bacca così come all'interno della cavità del lampone. Occasionalmente piccoli vermi possono trovarsi nelle cavità delle bacche.

### ISPEZIONE:

A causa della natura molto delicata dei lamponi, non possono essere collocati in acqua e non possono essere manipolati eccessivamente. Pertanto, raccomandiamo la seguente procedura come metodo di controllo più pratico ed efficace dei lamponi.

- *Stendere un panno bianco o un foglio di carta bianca sopra un piano di lavoro con ampia illuminazione sopraelevata. Lasciar cadere i lamponi uno a uno sulla superficie bianca. Questo farà in modo che alcuni degli insetti che possono trovarsi nella bacca si staccheranno da essa.*



- *Se si riscontrano due o più insetti, la confezione è infestata e non può essere utilizzata. Non esiste una procedura di lavaggio che garantisca la rimozione di tutti gli insetti.*
- *Se, dopo la caduta delle bacche, non si trovano insetti, le bacche devono essere ispezionate visivamente una per una. Prestare particolare attenzione alla cavità della bacche, dove gli insetti spesso si nascondono.*
- *Quando si lavora in un catering, una maggiore quantità di frutti di bosco possono essere lasciati cadere su un light box in una sola volta, riducendo il tempo di ispezione.*

Metodo alternativo: raccomandato per grandi quantità

- *Dopo le fasi 1 e 2 di cui sopra, le bacche devono essere collocate in un recipiente, di soluzione saponosa (preparata con detergente alimentare) e agitata vigorosamente.*
- *Dopo un accurato risciacquo, le bacche possono essere lasciate asciugare.*
- *Per verificare che il lavaggio sia riuscito a rimuovere tutti gli insetti, controllare le bacche nel modo sopra indicato.*

Congelati o freschi - Possono essere utilizzati solo per fare salsa al lampone

- *Immergere in acqua fredda.*
- *Dopo aver rimosso i lamponi, filtrare l'acqua attraverso un filtro per caffè o un panno bianco e controllare con una lente d'ingrandimento.*
- *Controllare 3 lamponi singolarmente.*
- *Se l'acqua è priva di insetti, i lamponi possono essere frullati per salsa. Accertarsi che non rimangano solidi dopo la miscelazione.*

## MIRTILLI



### DESCRIZIONE:

rotondo e liscio, questa bacca blu-nera è succosa e dolce. Sono in genere disponibili da fine maggio all'inizio di ottobre.

### INFESTAZIONE:

i mirtilli coltivati sono quelli più comunemente reperibili nei supermercati, e sono generalmente senza infestazioni. I mirtilli selvatici (non coltivati), si trovano in zone di montagna e richiedono un controllo speciale, per la maggiore presenza del verme del mirtillo (un verme biancastro con minuscola testa nera). Ogni bacca deve essere ispezionata singolarmente.

### ISPEZIONE:

i mirtilli rossi coltivati devono essere collocati in un filtro o colino ed essere lavati accuratamente, sotto acqua corrente.

I mirtilli selvatici devono essere esaminati attentamente dopo il lavaggio. Spargerli su un panno

bianco o su un foglio di carta. Cercare eventuali fori oppure altre indicazioni di infestazione da vermi. Un sistema per verificare la presenza di vermi è quello di cospargere i frutti di bosco di zucchero e refrigerarli per una o poche ore. Se c'è un'infestazione, i vermi verranno fuori da soli.

## MORE



le more selvatiche sono di solito infestate e troppo difficili da controllare. Inoltre, queste bacche sono estremamente fragili e quindi non possono essere lavate correttamente. Se ne sconsiglia l'uso.

### DESCRIZIONE:

la mora è la più grande delle bacche selvatiche. Di colore viola-nero violaceo, è lunga 1 pollice circa quando matura. Le more di rovo sono ampiamente coltivate e sono disponibili, a seconda della regione, da maggio ad agosto.

### INFESTAZIONE:

le more di rovo possono essere infestate da acari di piccole dimensioni e da tripidi. Questi insetti si trovano annidati nel piccole fessure circolari intorno all'intera superficie della bacca.

### ISPEZIONE:

- *Stendere un panno bianco o un foglio di carta bianca sopra un piano di lavoro con ampia illuminazione sopraelevata. Lasciar cadere le more una a una sulla superficie bianca. Questo farà in modo che alcuni degli insetti che possono trovarsi nella bacca si stacchino.*
- *Se si riscontrano due o più insetti, la confezione è infestata e non può essere utilizzata. Non esiste una procedura di lavaggio che garantisca la rimozione di tutti gli insetti.*
- *Se dopo la caduta delle bacche non si trovano insetti, le bacche devono essere ispezionata visivamente una per una. Prestare particolare attenzione alla cavità delle bacche, ove gli insetti spesso si nascondono.*
- *Quando si lavora in un catering, una maggiore quantità di frutti di bosco possono essere lasciati cadere su un light box in una sola volta, riducendo il tempo di ispezione.*

Metodo alternativo: raccomandato per grandi quantità

- *Dopo le fasi 1 e 2 di cui sopra, le bacche devono essere collocate in un recipiente di la soluzione saponosa (preparata con detergente alimentare). Agitata vigorosamente.*
- *Dopo un accurato risciacquo, le bacche possono essere lasciate asciugare.*
- *Per verificare che il lavaggio sia riuscito a rimuovere tutti gli insetti, controllare le bacche nel modo sopra indicato.*

## FRAGOLE COMUNI (stelo corto e stelo lungo)



### DESCRIZIONE:

rosso, succoso e di forma conica, la fragole appartiene alla famiglia delle rose, ed è stata coltivata per secoli. Le fragole hanno dimensioni forma e colore diversi (alcune sono bianco sporco o giallastro). In generale, il sapore delle bacche più piccole è migliore delle varietà più grandi, spesso di gusto acquoso. Sono disponibili fragole fresche tutto l'anno, acquistabili nei supermercati. Il periodo stagionale di questo frutto va da aprile a giugno.

### INFESTAZIONE:

le fragole possono essere infestate da afidi, piccoli acari e tripidi. Questi insetti si trovano principalmente sotto la corona a foglia verde in cima alla fragola. Possono anche essere annidati sulla superficie della bacca. Gli insetti tendono a migrare dalla parte superiore della fragola verso il basso.

### ISPEZIONE:

attenzione: le fragole con fori non devono essere utilizzate! Occorre prestare particolare attenzione alla zona sottostante la foglia verde in cima alla bacca.

- *Rimuovere con cautela la foglia verde della fragola, senza fare un buco nella parte superiore della fragola. Se è stato fatto un buco, la fragola dovrebbe quindi essere tagliata a metà, permettendo il lavaggio sia all'interno che all'esterno della fragola.*
- *Lavare, immergere e strofinare ogni fragola lasciandola a mollo in una soluzione di lavaggio saponosa per 3 minuti. Eliminare l'acqua, e sciacquare le fragole.*
- *Strofinare la superficie di ogni singola bacca tenendola, sotto un rivolo di acqua corrente.*
- *Ogni bacca deve essere asciugata delicatamente e accuratamente ispezionata con molto garbo. I tripidi possono strisciare nelle fessure tra i semi di fragola. L'intera superficie deve essere ispezionata visivamente. Una lente d'ingrandimento può essere molto utile per una facile identificazione degli insetti.*
- *Se le fragole risultano fortemente infestate, l'intera confezione non deve essere utilizzata.*

## FRUTTA E FRUTTI DI BOSCO IN SCATOLA

I prodotti in scatola a base di lamponi e more presentano spesso motivo di preoccupazione circa eventuali infestazioni. È quasi impossibile controllare efficacemente il prodotto in scatola. I prodotti in scatola di lampone e mora devono essere acquistati solo con certificazione kasher. Frutta in scatola è invece accettabile senza hashgachà - controllo rabbinico, purché:

- *non siano prodotti in Cina (la ricerca indica che le attrezzature usate per*

*frutta in questo Paese spesso non sono kasher).*

- *non siano prodotti in Israele (in ragione alle mitzvòt di trumot, maasrot e 'orlah).*
- *tra gli ingredienti non vi siano né succhi né puree d'uva, né aromi e coloranti di ogni genere. Solo frutta in scatola nel proprio succo, ove è però anche ammesso lo sciroppo di granturco. Le ciliegie in cocktail di frutta non certificata sono spesso trattate con colorante non kasher derivato dalla cocciniglia.*

## FRUTTA E BACCHE CONGELATE

Frutta congelata, eccetto lamponi, more di rovo e fragole congelati, possono essere utilizzati senza alcun tipo di lavaggio o ispezione. Lamponi congelati, more di rovo e fragole sono spesso molto infestati e devono essere certificati.

## SUCCHI DI FRUTTA E VERDURA



I succhi di frutta non presentano problemi di infestazione. Tuttavia, tutti i prodotti a base di succo richiedono la certificazione.

Succhi di frutta in contenitori al dettaglio, come succo di mela, pompelmo, arancia, succo di ananas e prugna secca, sono intrinsecamente kasher. Tuttavia, questi succhi di frutta sono spesso riempiti a caldo su impianti di imbottigliamento che vengono utilizzati anche per prodotti non kasher e che contaminano la loro idoneità. Il succo di pomodoro è spesso prodotto su macchine che vengono utilizzate per salse e sughi pronti non kasher, che possono contenere carne e/o formaggio. Il succo d'uva è accettato solo se è certificato.

Cocktail di succhi di frutta come succo di mirtillo rosso, bevande a base di frutta e/o verdura e miscele contengono spesso aromatizzanti e coloranti non kasher o a base di uva. Essi richiedono ovviamente un'adeguata certificazione.

