

**Conosciamo davvero la ricetta del pesto genovese?** Si tratta di una salsa di condimento tradizionale per la pasta o per altri piatti, nata in Liguria, che ha una ricetta ben specifica caratterizzata da 7 ingredienti. Ma **in commercio questo prodotto si trova molto raramente**: esiste invece un’imitazione di tipo industriale caratterizzata da ingredienti diversi, che tutti pensano essere il pesto genovese. In realtà, con un po’ più di attenzione nella lettura dell’etichetta e degli ingredienti, scopriremo che **in commercio si vende il pesto “alla genovese”**, che consiste appunto nell’imitazione industriale della ricetta originale e contiene ingredienti talvolta anche poco salutari, oltre a zuccheri aggiunti.

## **L’imitazione industriale e il vero pesto genovese**

Perché abbassare la qualità e usare materie prime meno costose come olio di girasole e anacardi invece dei pinoli e dell’olio extravergine di oliva? La risposta è molto semplice: perché in questo modo **l’industria massimizza i propri profitti e il fatturato**. Infatti riesce ad abbassare il costo di produzione e della materia prima, e poi a massimizzare il profitto vendendo al supermercato un numero molto più elevato di vasetti o confezioni di pesto, a un prezzo mediamente più basso di quello del vero pesto genovese. Come vedremo, quest’ultimo si riesce comunque a reperire anche in alcune catene di supermercati, a patto che si faccia una ricerca certosina da veri detective.

Diciamo che **questa imitazione industriale dell’originale costa mediamente di meno**, ma a volte può arrivare a costare anche di più dell’originale, per esempio quando siano aziende del biologico a produrre la versione industriale con ingredienti diversi e materie prime meno pregiate. Ecco un classico vasetto di pesto “alla genovese” messo in vendita da un’azienda biologica: leggendo gli ingredienti vediamo che **non si tratta delle sostanze tipiche del pesto**, ma dei loro sostituti industriali meno pregiati (olio di girasole, anacardi, e solo lo 0,9% di pinoli) al prezzo di 26,85 euro al chilo! Notate anche come la denominazione di vendita, nella prima riga degli ingredienti, non sia «pesto» bensì **«preparazione a base di basilico»**, proprio a indicare che non si tratta del prodotto tradizionale e della ricetta originale.

## Pesto genovese o “alla genovese”? Il tranello dell’industria alimentare



Vediamo adesso invece la [ricetta originale e ufficiale](#) del pesto genovese tradizionale, che comprende solo 7 ingredienti e **deve presentare obbligatoriamente il Basilico Genovese DOP** (e non un generico basilico), oltre ad altri ingredienti DOP come il Pecorino Romano DOP e il Parmigiano Reggiano DOP (ammessa anche la variante con Grana Padano DOP). Pertanto, i prodotti in commercio che rispecchiano pienamente tale ricetta possono fregiarsi della dicitura «pesto genovese» sulla confezione; tutti gli altri, che imitano la ricetta o ne variano uno o più ingredienti, dovranno essere chiamati pesto “alla genovese”.

Ecco i 7 ingredienti della ricetta tradizionale originale:

- **Basilico Genovese DOP;**
- **Olio extravergine di oliva, possibilmente della riviera ligure;**
- **Parmigiano Reggiano DOP (con variante Grana Padano DOP);**
- **Pecorino Romano DOP;**

## Pesto genovese o “alla genovese”? Il tranello dell’industria alimentare

- **Pinoli;**
- **Aglione;**
- **Sale.**

La maggior parte dei pesti “alla genovese” preparati dall’industria alimentare e venduti nei supermercati sono invece **un’accozzaglia di vari ingredienti**, talvolta anche molto discutibili, presentati al consumatore come salsa al pesto genovese. Guardate alcune etichette che ho selezionato al supermercato: contengono sciroppo di glucosio, aromi, latte in polvere, olio di girasole, zucchero, un generico basilico o addirittura l’estratto di basilico (cioè un aroma di basilico). Tutte cose che nulla hanno a che fare con la ricetta tradizionale. E vi assicuro che ho selezionato le marche più blasonate e ritenute affidabili dai consumatori fra quelle presenti in commercio.



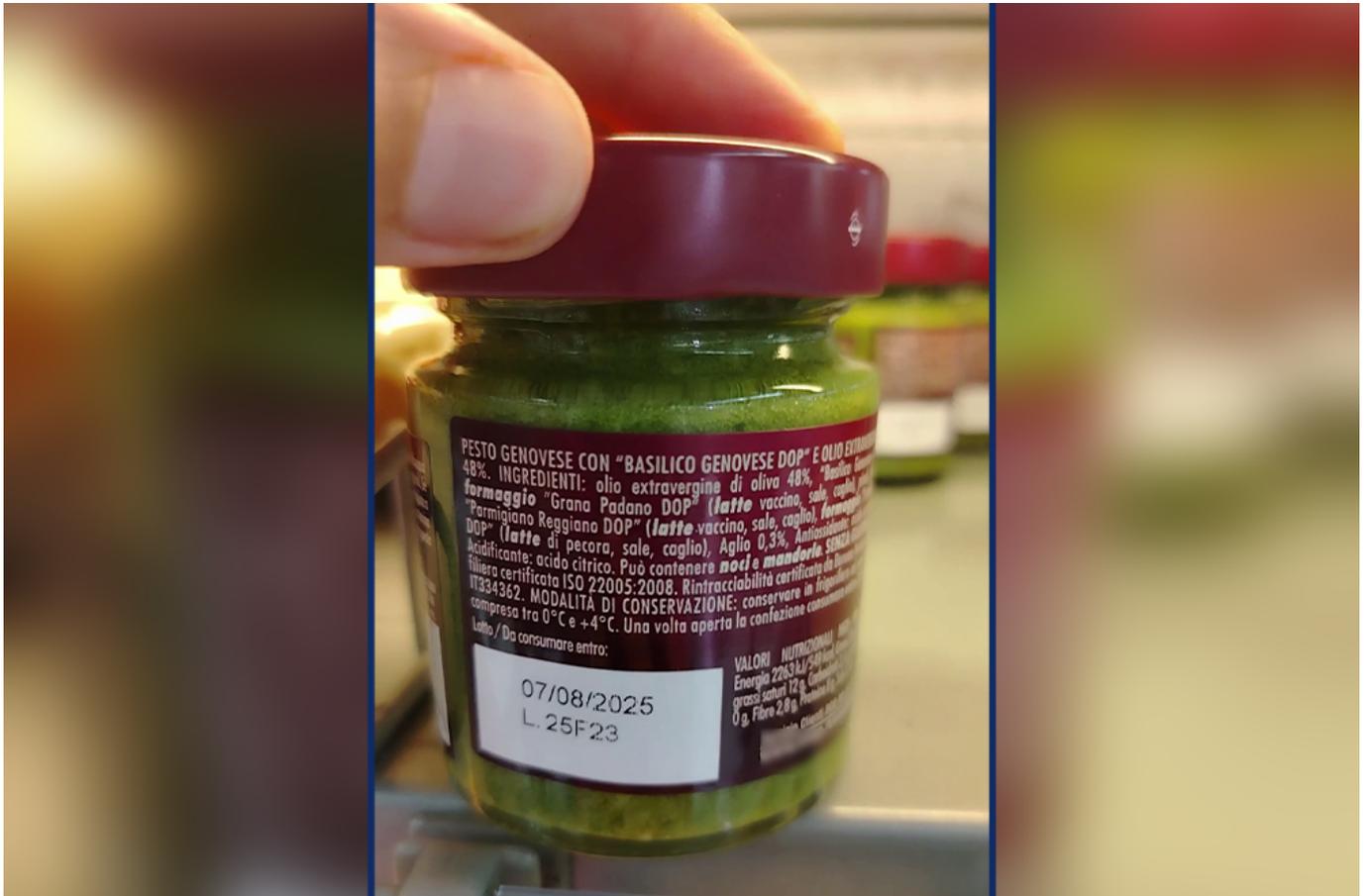
Se nella preparazione di un pesto genovese ci si mette del vero basilico, e nella quantità giusta, non si capisce il motivo di aggiungere l’estratto di basilico. **Gli aromi sono un**

**preparato chimico di laboratorio e nulla hanno di naturale.** Potrebbe nascere il legittimo dubbio che, se vengono inclusi aromi, allora non sia stato impiegato basilico vero, o che ne venga impiegata una quantità molto ridotta o di scarsa qualità, che non ha più il profumo tipico del basilico.

E poi, **spiegate mi perché in un pesto ci si debba mettere dello sciroppo di glucosio**, che altro non è che zucchero in forma di sciroppo estratto dal mais. Ma perché mettere lo zucchero in una salsa salata che fa da condimento a un primo piatto? C’è un motivo valido? No: **è solo per conquistare il senso del gusto e il palato del consumatore**, oltre che per fare volume nel prodotto con un ingrediente a basso costo, anziché usare quelli più pregiati e costosi come i pinoli o il Parmigiano. A questo punto il consumatore assocerà a quel prodotto un sapore molto particolare e buono, e lo comprerà regolarmente! Intanto, però, sta assumendo zucchero senza nemmeno saperlo (infatti quanti guardano davvero gli ingredienti di un barattolo di pesto al momento dell’acquisto?).

La lezione da imparare è: **comprare solo vero pesto genovese senza zucchero e senza aromi**, e con vero basilico genovese in quantità consistente. Oppure imparare a fare il pesto in casa, perché è semplicissimo e velocissimo: basta avere un frullatore e inserire tutti gli ingredienti giusti nelle dosi corrette. In rete troverete facilmente video e ricette per la preparazione casalinga.

## Pesto genovese o “alla genovese”? Il tranello dell’industria alimentare



Una confezione di vero Pesto Genovese – foto di Gianpaolo Usai

A questo punto vi starete chiedendo: ma esiste il vero pesto genovese al supermercato? La risposta è sì: si trova in alcune catene, e dovete scovarlo fra le varie marche di pesto presenti. **Solitamente lo si trova nel reparto frigo, fra i prodotti freschi** con data di scadenza ravvicinata, mentre il pesto “alla genovese” è nello scaffale normale perché ha una data di scadenza più lunga e non necessita di refrigerazione.



## **Gianpaolo Usai**

Educatore Alimentare, ha conseguito nel 2014 il Diploma di Nutrizione presso il College of Naturopathic Medicine (UK). Fondatore di [ciboserio.it](http://ciboserio.it), il portale sulla spesa sana e l’educazione alimentare. Si occupa dello sviluppo di progetti di educazione alimentare in tutta Italia.

Pesto genovese o “alla genovese”? Il tranello dell'industria alimentare



## **Vuoi approfondire?**

**Per difendersi dal marketing, orientarsi tra prodotti ed etichette, distinguere gli ingredienti che fanno bene da quelli nocivi**

**Il libro scritto da Gianpaolo Usai per *L'Indipendente* insegna a fare spesa in modo consapevole**

**Acquista ora**