



LATTE

Liquido bianco opaco prodotto per secrezione dalle ghiandole mammarie delle femmine dei mammiferi, indispensabile per la nutrizione dei piccoli nel primo periodo di vita, infatti il colostro è fondamentale per aumentare le difese immunitarie.

Caratteristiche nutrizionali.

Il latte è un alimento completo, in quanto contiene, in quantità proporzionalmente ottimali, tutti i principali elementi nutritivi indispensabili all'organismo umano:

glucidi (4,8 %), rappresentati principalmente dal lattosio;

lipidi (3,5 %), rappresentati da trigliceridi e da altri lipidi (es. fosfolipidi);

protidi (3,5 %), rappresentati da caseina e sieroproteine;

sali minerali (1%) in particolare calcio e fosforo;

vitamine (gruppo B, C, A, K, D e PP)



Dopo la mungitura il latte viene prima raffreddato e poi trasferito negli stabilimenti in cui è sottoposto ad ulteriori trattamenti di filtrazione e raffreddamento per limitare la proliferazione di microrganismi. Le fasi successive variano in funzione del prodotto che si vuole ottenere. Prima della commercializzazione il latte viene risanato ed omogeneizzato, in questo modo vengono eliminati i batteri patogeni e migliora la digeribilità.

In commercio si trovano oltre al latte di vacca, quello di capra, di asina, di cavalla e di bufala.

VALORI NUTRITIVI GENERALI					
		Mucca	Capra	Bufalo	Pecora
NUTRIENTI	UNITA'	valore / 100 gm latte			
Acqua	gm	87.99	87.03	83.39	80
Energia	kcal	67	69	117	108
Proteine	gm	3.20	3.56	4.30	5.98
Lipidi	gm	4.10	4.14	6.50	7.01
Ceneri	gm	0.72	0.82	0.79	0.96
Carboidrati [lattosio/ zucchero]	gm	4.46	4.45	5.00	5.36

Oggi in commercio ci sono tipi vegetali per venire incontro a chi presenta intolleranza al lattosio o problemi legati alla digestione del prodotto.

Tabella Comparativa

latte vegetale



Vivilight

LATTE	Kcal	PROTEINE (g)	GRASSI (g)	CARBOIDRATI (g)	LATTOSIO (g)	FIBRA (g)
Soia	39	3	1.8 ◊ saturi 0.3	2.5 ◊ zuccheri semplici 2.5	/	0.5
Riso	58	0.2	1	13.7 ◊ zuccheri semplici 9.1	/	0.7
Cocco	180	1.8	18 ◊ saturi 16 polinsaturi 0.3 monoinsaturi 1.7	3 ◊ zuccheri semplici 2.2	/	/
Avena	37	1.4	0.8 ◊ saturi 0.1	7 ◊ zuccheri semplici 5.5	/	0.8
Miglio	55	0.7	0.8 ◊ saturi 0.1 polinsaturi 0.3 monoinsaturi 0.7	10.5 ◊ semplici 5.5	/	0.4
Kamut®	53	0.7	0.8 ◊ saturi 0.1 polinsaturi 0.2 monoinsaturi 0.5	10 ◊ zuccheri semplici 7.5	/	<0.5
Canapa	46	2	3 ◊ saturi 2	3 ◊ zuccheri semplici 2	/	/
Quinoa	66	1.1	1.2 ◊ saturi 0.1 polinsaturi 0.4 monoinsaturi 0.7	12.2 ◊ zuccheri semplici 6.4	/	0.3
Orzo	56	0.5	1 ◊ saturi 0.1 polinsaturi 0.3 monoinsaturi 0.6	11 ◊ zuccheri semplici 6	/	0.5
Farro	57	0.8	1.1 ◊ saturi 0.1 polinsaturi 0.3 monoinsaturi 0.7	10.5 ◊ zuccheri semplici 5.5	/	0.9
Mandorle	25	0.6	1.1 ◊ saturi 0.1	2.4 ◊ zuccheri semplici 1.7	/	0.2

In base al trattamento termico:

LATTE PASTORIZZATO, di gusto gradevole ma di durata limitata (quattro giorni dalla data di confezionamento) e da **conservarsi in frigorifero (2-4° C)**; per essere qualificato **FRESCO**, deve pervenire crudo allo stabilimento di confezionamento ed essere sottoposto ad un solo trattamento termico (a 75°C per 15 secondi per uccidere i batteri eventualmente pericolosi e buona parte della flora batterica innocua) entro 48 ore, conservando un maggior contenuto di sieroproteine solubili non denaturate. Scade dopo 4 giorni.

LATTE UHT, (trattato a "ultra alta temperatura", a 140-150°C per 2-3 secondi, vengono uccisi tutti i batteri e inattivati gli enzimi): si conserva a temperatura ambiente fino a tre mesi.

LATTE PASTORIZZATO MICROFILTRATO, prevede la separazione della panna cruda, il preriscaldamento del latte crudo (a 45-55°C), la microfiltrazione, l'omogeneizzazione e il riscaldamento della panna cruda, la ricombinazione delle due componenti e, per finire, la pastorizzazione.

Ha tutte le caratteristiche compositive, igienico-sanitarie, nutrizionali e sensoriali del tutto simile a quelle del latte fresco e mantiene inalterate le sue caratteristiche organolettiche per 7-8 giorni.

In base alla materia grassa

LATTE INTERO, con tenore naturale in materia grassa non inferiore al 3,50 % (latte intero non normalizzato) ovvero il cui tenore di materia grassa sia stato portato almeno al 3,50 % (latte intero normalizzato);

LATTE PARZIALMENTE SCREMATO, il cui tenore in materia grassa sia stato portato, tramite scrematura, dall'1,5 % all'1,8 %;

LATTE SCREMATO, il cui tenore in materia grassa sia stato portato ad un tasso massimo dello 0,3 %

Caratteristiche razze da latte

- Produttività alta e persistente
- Mungibilità: mammella ben sviluppata e conformata
- Angolosità delle forme e finezza scheletrica
- Longevità
- Fertilità
- Rusticità



Frisona italiana

Razza, originaria della Frisia (Olanda), altamente specializzata nella produzione di latte.

- Grande taglia. Altezza al garrese 130-150 cm.
- Peso medio elevato: 650 kg.
- Struttura molto poco muscolosa e forme angolose.
- Finezza costituzionale: ossatura leggera, testa esile, pelle fine, giogaia quasi assente.
- Mantello pezzato nero su cute pigmentata con corna e unghioni neri.

Frisona pezzata rossa

Molto simile alla Frisona Pezzata Nera, ma con mantello, pezzato rosso, arti più brevi e struttura più massiccia



Bruna italiana

L'originario ceppo svizzero, denominato Bruna Alpina, è stato progressivamente sostituito da quello americano (Brown Swiss). Razza di buona rusticità e spiccata attitudine lattifera.

- o Grande taglia. Altezza al garrese 130-150 cm.
- o Peso medio elevato: 620 kg.
- o Mantello bruno di tonalità variabile da chiarissimo a molto scuro.



LATTE da ALLEVAMENTO BIOLOGICO

La **produzione biologica**, per definizione, **protegge l'ambiente e il clima, incentiva la biodiversità, rispetta i tempi della natura e le caratteristiche specifiche delle varie specie di animali allevati, limita al massimo l'utilizzo di sostanze chimiche che possano influenzare o alterare il prodotto finale, cerca di seguire i cicli naturali perseguendo un tipo di coltivazione e allevamento sostenibili attraverso l'impiego responsabile delle fonti energetiche.** Naturalmente si parte sempre dalla salute dell'animale che produrrà il latte, e che quindi deve essere cresciuto e allevato secondo standard che rispecchino i criteri della produzione biologica.

REQUISITI:

Ecco un elenco dei requisiti che deve avere un'azienda per certificare la produzione di latte biologico:

- Il bestiame deve essere alimentato al pascolo, o in alternativa con foraggi e mangimi biologici e provenienti preferibilmente dalla stessa azienda. Gli animali che producono il latte biologico dovranno mangiare alimenti sani, selezionati, che non contengono additivi .
- Gli animali non devono essere alimentati in maniera forzata, ma secondo i loro ritmi.



- o L'illuminazione a cui sono sottoposti deve essere naturale e non artificiale.
- o È preferibile che le razze scelte per la produzione siano autoctone, e quindi maggiormente adattabili all'ambiente circostante, e che siano selezionate anche sulla base di vitalità e resistenza naturale alle malattie.
- o Devono avere a disposizione spazio sufficiente per muoversi liberamente, sdraiarsi, dormire, un'alimentazione abbondante.
- o Gli esemplari più giovani devono essere nutriti con latte materno e non artificiale.
- o Non possono essere in nessun caso somministrati medicinali veterinari allopatici o antibiotici per trattamenti preventivi, ed è vietato l'uso di ormoni o sostanze chimiche finalizzate ad aumentare la produttività in modo artificiale.
- o Nel corso della produzione, il produttore deve rendersi sempre disponibile a controlli