

## I fornai festeggiano il pane fresco

Un prodotto genuino inserito anche nelle diete preventive



**14 Giugno 2023** Fino a sabato 17 giugno, i forni ravennati festeggiano la Festa nazionale del Pane Fresco. Si tratta di un evento che vuole porre l'accento sulla centralità di un'alimentazione sana e sull'importanza dei prodotti di panificazione freschi che quotidianamente si possono gustare grazie alla capillarità dei forni presenti sul territorio.

La Festa nazionale del Pane Fresco – spiega la Confcommercio di Ravenna – è un'iniziativa promossa dalla Federazione Italiana Panificatori Pasticceri e Affini per promuovere il consumo del pane artigianale e dalla LILT (Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori) per ricordare l'importanza della prevenzione grazie ad una sana alimentazione.

Il pane fresco, sano e genuino, è da sempre l'alimento principe della dieta mediterranea, presente quotidianamente sulle tavole delle famiglie italiane. Oggi, seppur condizionato da nuove forme di acquisto e di consumo – conseguenze della pandemia ma anche di un'evoluzione culturale che ha modificato profondamente le abitudini alimentari degli italiani – il pane fresco continua a rimanere vincente sul piano della qualità, della salubrità, della varietà e della tradizione e ad evocare nell'immaginario collettivo accezioni positive come la semplicità, l'autenticità, la tradizione e la naturalezza.

La prevenzione oncologica, che si concretizza nell'adozione di un sano stile di vita, passa prevalentemente in un consumo alimentare consapevole e curato, insieme ad una continuativa attività fisica, al non fumare, al consumo limitato di alcol, all'esporsi al sole con attenzione.

Fare il pane è una di quelle attività che non si possono improvvisare: sono necessari molti anni di esperienza e sacrifici per riuscire a produrre e proporre al mercato un prodotto fresco, genuino e nutriente.

