

Nutella B-ready a colazione? I nutrizionisti dicono no! Più della metà della barretta è composta da olio di palma e zucchero. Lo spot è scorretto.

Chi fa abitualmente la spesa nei supermercati Coop o Esselunga ha sicuramente notato i vistosissimi totem pieni di centinaia di confezioni di Nutella B-ready. Si tratta della nuova merenda di casa Ferrero che piace tanto ai bambini e non solo. Abbiamo già descritto questo prodotto [segnalando il prezzo elevato e l'eccessiva presenza di olio di palma](#) e di zucchero. Ma sono discorsi da "professorini" direbbe qualcuno. Il dato su cui riflettere è che Ferrero vuole a tutti i costi guadagnare una fetta nel mercato delle merendine. L'iniziativa cerca forse di riscattare la decisione di [interrompere la produzione di Gran Soleil](#) che non ha mai sfondato sul mercato.

Il percorso per Ferrero non è facile perché il settore è ben presidiato da Mulino Bianco e poi ci sono i prodotti senza olio di palma che stanno guadagnando progressivamente spazio sugli scaffali. La tendenza di scegliere prodotti senza il grasso tropicale è in aumento, anche grazie alla [petizione](#) avviata dal nostro sito qualche mese fa che ormai ha raccolto 114 mila firme. Al riguardo vale la pena ricordare che il numero di catene di supermercati che in modo silenzioso sta riducendo o eliminando questo olio dai prodotti a marchio è in aumento. Tutto ciò rema contro [Nutella B-ready](#) che ha come ingrediente caratterizzante un'abbondante quantità di olio di palma.

Ma tutto ciò non può certo fermare l'impegno milionario dell'azienda di Alba che attraverso spot, pubblicità online e nei supermercati conta di aumentare in modo esponenziale il numero di bambini che sceglie la nuova barretta alla crema di nocciole per fare colazione cui va riconosciuta una buona palatabilità. Il problema è che negli spot il nuovo snack viene presentata come se si trattasse di una merenda di "pane e Nutella".

Non è così. Il biscottone farcito di crema alla nocciola è composto da una sottilissima cialda tipo wafer che riproduce solo la forma del pane. Per essere chiari siamo di fronte ad un prodotto che assomiglia molto un Tronky, ovvero a uno snack non proprio adatto alla prima colazione.

Colpisce l'idea di proporre a colazione un Tronky travestito da mini-baguette che richiama il panettiere. "Più che *pane e Nutella* – precisa Michele Sculati medico specialista in scienza dell'alimentazione- il B-ready è *Nutella e pane*, basta leggere la lista degli ingredienti sull'etichetta per scoprire che il 75% del prodotto è composto da crema di nocciole preparata con zucchero e olio di palma. I cereali presenti rappresentano solo il 25% dello snack. Il paradosso è che nello stesso sito di Ferrero dedicato a B-ready, sono riportate quali sono le regole di una corretta prima colazione del mattino. Il testo recita così: *La colazione è un pasto essenziale. Una colazione completa deve essere composta da un prodotto a base di cereali, uno a base di latte e un frutto. È importante variare la colazione il più spesso possibile, per fornire al nostro organismo tutti i nutrienti di cui ha bisogno.* Nutella B-ready – conclude Sculati- non è a base di cereali visto che rappresentano meno di 1/4 degli ingredienti, quindi il messaggio pubblicitario relativo

all'uso di B-ready nel contesto di una colazione completa risulta incoerente con le caratteristiche nutrizionali del prodotto stesso". Alla luce di queste considerazioni, fare colazione con Nutella B-ready come si vede [nello spot](#) si configura a tutti gli effetti come un messaggio pubblicitario scorretto e per questo abbiamo inviato una richiesta di censura all'Antitrust.

Il concetto della prima colazione composta almeno dal 50% di calorie provenienti da carboidrati forniti prevalentemente da prodotti a base di cereali, è ribadito in tre lavori scientifici che citiamo nelle note, firmati da noti nutrizionisti (*) che riprendiamo nelle note di questo articolo. Sulla base di questo principio riteniamo lo spot di Ferrero scorretto e abbiamo inviato un esposto all'Antitrust. Per la cronaca va detto che Ferrero scivola facilmente quando l'argomento è la prima colazione. La pubblicità di Nutella è stata censurata negli Stati Uniti, in Germania e anche in Inghilterra proprio per messaggi correlati alla crema di nocciole utilizzata nella prima colazione. Vi terremo informati

L'ultimo dettaglio riguarda la quantità di calorie di ogni barretta che risulta inferiore a 100. Questo dato può avvicinare con più serenità le persone che cercano di controllare la propria alimentazione e si soffermano solo sul contenuto calorico. Un'analisi più attenta del prodotto fa capire che però si sta consumando soprattutto zucchero e olio di palma.

Nutella B-ready. Ingredienti: 76% crema alle nocciole e al cacao NUTELLA (zucchero, olio di palma, nocciole 13%, cacao magro 7,4%, latte scremato in polvere 6,6%, siero di latte in polvere, emulsionanti: lecitine (soia); vanillina), 24% cialda e chicchi di pane di tipo "00" con olio di palma (farina di grano tenero tipo "00", olio di palma 6,5%, lievito di birra, estratto di malto d'orzo, emulsionanti: lecitine (soia); sale, latte scremato in polvere, proteine di frumento, proteine del latte, acqua).

(*) Questi sono tre lavori di studiosi e nutrizionisti che descrivono le regole della prima colazione.

Una prima colazione equilibrata, poi, dovrebbe essere costituita per il 50% circa delle calorie complessive da carboidrati forniti prevalentemente da prodotti a base di cereali "Una prima colazione equilibrata, poi, dovrebbe essere costituita per il 50% circa delle calorie complessive da carboidrati (Preziosi et al., 1999; LG 2003). Insieme alla frutta, i prodotti a base di cereali (pane, biscotti, fette biscottate, cereali pronti per la prima colazione) rappresentano la principale fonte di questi nutrienti."

REF: Franca Marangoni, Andrea Poli1, Carlo Agostoni, Pasquale Di Pietro, Claudio Cricelli, Ovidio Brignoli, Giuseppe Fatati, Marcello Giovannini, Enrica Riva, Giuseppe Marelli, Marisa Porrini, Carlo Maria Rotella, Giuseppe Mele, Lorenzo Iughetti, Rodolfo Paoletti.

A consensus document on the role of breakfast in the attainment and maintenance of health and wellness. ACTA BIOMED 2009; 80: 166-171 "

"Nell'ambito delle nostre tradizioni alimentari una prima colazione bilanciata si basa sull'assunzione di tre tipi di alimenti: latte/yogurt + cereali pronti/biscotti/fette biscottate/pane/brioche + frutto/spremuta. La combinazione di queste tipologie di alimenti apporta infatti sia fonti energetiche di rapido utilizzo sia fonti a utilizzo più lento in modo da prevenire l'ipoglicemia e il senso di fame reattivi e modulare il senso di sazietà, motivo per il quale devono essere assunti non solo carboidrati ma anche lipidi e proteine in grado di

prolungare il senso di sazietà. I carboidrati, che devono costituire il 50% delle calorie totali, devono essere rappresentati principalmente dai prodotti a base di cereali (cereali pronti/biscotti/fette biscottate/ pane/brioche) e dalla frutta.”

REF: Gian Vincenzo Zuccotti, Giuseppe Rotilio, Massimo Montanari, Elisa Manna, Dario Dilillo, Giuseppe Mele, Giuseppe Rovera, Lucia Fransos, Giovanna Cecchetto, Fabio Lucidi, Mario Morcellini, Laura Minestrone, Gianfranco De Lorenzo, Loredana Catalani, Antonio Affinita, Giorgio Donegani, Marco Sachet.

Breakfast Club Italia, “La prima colazione: un’introduzione alla sua specificità” 2012
“Milk should never be missing from the table in the morning and should preferably be combined with high complex carbohydrate foods (ready-to-eat breakfast cereals) which provide a “long-term” energy source and allow us to properly face the working day.”

REF: Antonio Affinita, Loredana Catalani, Giovanna Cecchetto, Gianfranco De Lorenzo, Dario Dilillo, Giorgio Donegani, Lucia Fransos, Fabio Lucidi, Chiara Mameli, Elisa Manna, Paolo Marconi, Giuseppe Mele, Laura Minestrone, Massimo Montanari, Mario Morcellini, Giuseppe Rovera, Giuseppe Rotilio, Marco Sachet, and Gian Vincenzo Zuccotti.

Breakfast: a multidisciplinary approach. Italian Journal of Pediatrics 2013, 39:4