ADUC - Associazione per i Diritti degli Utenti e Consumatori
via Cavour 68 - 50129 Firenze
www.aduc.it

18 agosto 2014 11:27

Lupini a rischio allergia

di Primo Mastrantoni

Praticamente scomparso dalle nostre tavole, il lupino, viene utilizzato come farina in sostituzione del glutine nei prodotti "gluten free", cioe' senza glutine. Purtroppo il lupino e' un potenziale allergene. E' una leguminosa, come i fagioli, le lenticchie, le fave e le arachidi (noccioline), ad alto potere nutritivo (contiene il 16,5% di proteine), e come le noccioline puo' dare reazioni allergiche anche gravi. Il consiglio e' quello di leggere le etichette, specialmente dei prodotti senza glutine, e ricorrere al medico alle prime avvisaglie (orticaria, gonfiore delle labbra, vomito e difficolta' respiratorie).