

## COMUNICATO STAMPA

### MEDIET4ALL – WP2 Progress Report

#### Modernizzate con successo 56 ricette tradizionali mediterranee

Valencia, Spagna — 4 dicembre 2025

Il progetto europeo **MEDIET4ALL** annuncia un importante avanzamento nella sua missione di rivitalizzare la Dieta Mediterranea (DM) per i consumatori del XXI secolo. Sotto il coordinamento dell'**Università di Valencia (UV)**, il **Work Package 2 (WP2)** ha raggiunto un traguardo decisivo con la riformulazione scientifica di **56 ricette tradizionali mediterranee (TMR) in versioni modernizzate, più sane e sostenibili (MMR)**.

#### Una Dieta Mediterranea per il futuro

Nonostante sia riconosciuta dall'UNESCO come Patrimonio Culturale Immateriale dell'Umanità e ampiamente valorizzata per i suoi benefici sulla salute, la Dieta Mediterranea sta progressivamente perdendo adesione, soprattutto tra le giovani generazioni.

Il WP2 risponde a questa sfida modernizzando piatti simbolici, pur mantenendo intatti la loro identità culturale e valore gastronomico.

“Il nostro obiettivo è avvicinare la Dieta Mediterranea allo stile di vita contemporaneo migliorandone la qualità nutrizionale, riducendo gli allergeni e favorendo la sostenibilità — senza sacrificare autenticità e tradizione”, spiega **la Prof.ssa Amparo Gamero**, docente associata all'Università di Valencia e coordinatrice del WP2.

#### Innovazione scientifica al servizio della tradizione culinaria

Il WP2 riunisce esperti in tecnologia alimentare, nutrizione, proteomica, gastronomia, antiossidanti e scienze culinarie provenienti da Spagna, Italia, Algeria, Marocco, Francia e Germania.

Il team multidisciplinare ha già ottenuto risultati rilevanti, tra cui:

- **Riformulazione di 56 ricette tradizionali** grazie a tecniche di cottura delicate, ingredienti fermentati e di riuso, e ridotto contenuto di sale e zucchero.
- **Sviluppo di nuovi ingredienti valorizzati** a partire da prodotti tipici siciliani.
- **Preparazione e liofilizzazione di tutte le ricette modernizzate** per analisi approfondite.
- Realizzazione di **studi proteomici sull'allergenicità** e sviluppo di **due strumenti basati su IA** per la valutazione della riduzione degli allergeni.

- **Analisi complete del profilo polifenolico e della capacità antiossidante** dei nuovi piatti.
- **Produzione scientifica significativa**, inclusi articoli in revisione, capitoli di libro in pubblicazione e interventi in conferenze internazionali.

Grazie a questi avanzamenti, MEDIET4ALL si conferma un progetto pionieristico nell'unire scienza alimentare, sostenibilità e patrimonio culinario mediterraneo.

### **Collaborazione internazionale: la chiave del progresso**

Il coordinamento di una catena di lavoro complessa — dalla riformulazione culinaria alla liofilizzazione, fino alle analisi di laboratorio — ha rappresentato una delle principali sfide del WP2.

Una comunicazione costante, protocolli condivisi e una pianificazione accurata hanno contribuito a garantire progressi armonizzati e dati comparabili tra i diversi partner.

“La collaborazione tra i partner è stata eccellente”, sottolinea la Prof.ssa Gamero. “La varietà di competenze — dalla proteomica alla gastronomia — ha generato sinergie scientifiche straordinarie.”

### **Impatto atteso: salute, consapevolezza e sostenibilità alimentare**

Le ricette modernizzate sviluppate nell'ambito del WP2 mirano a:

- **Favorire una maggiore adesione alla Dieta Mediterranea**, soprattutto tra i giovani.
- **Aumentare la consapevolezza** del valore nutrizionale e culturale degli alimenti mediterranei.
- **Promuovere abitudini alimentari più sane** grazie alla riduzione di sale, zucchero e allergeni.
- **Sostenere pratiche alimentari sostenibili** mediante l'uso di ingredienti locali, stagionali e di riutilizzo.
- **Facilitare la diffusione del sapere**, in particolare attraverso un workshop previsto presso il Mediterranean Culinary Center nel dicembre 2025.

### **Prossimi passi del WP2**

Nei prossimi mesi il lavoro sarà concentrato su:

- Concludere le analisi polifenoliche e antiossidanti.
- Organizzare il workshop con studenti di arti culinarie e dietetica (dicembre 2025).
- Avanzare con le pubblicazioni scientifiche già in preparazione o revisione.
- Avviare attività di analisi sensoriale durante una mobilità di ricerca a Digione (Francia).

- Continuare lo sviluppo di ingredienti valorizzati e studi di allergenicità **in vitro e in vivo**.
- Partecipare a congressi scientifici internazionali e attività di divulgazione pubblica.

## Su MEDIET4ALL

**MEDIET4ALL** è un'iniziativa europea dedicata alla modernizzazione, promozione e valorizzazione della Dieta Mediterranea attraverso innovazione scientifica, competenza gastronomica e collaborazione internazionale. Il progetto riunisce partner di diversi Paesi mediterranei per sviluppare soluzioni alimentari più sane, sostenibili e culturalmente significative.

### Contatto stampa:

Kevin Andre

Responsabile comunicazione, MEDIET4ALL

E-mail: [kevin.andre@vitagora.com](mailto:kevin.andre@vitagora.com)

Sito web: [www.mediet4all.eu](http://www.mediet4all.eu)