

[home](#) > [news e eventi](#) > [news](#) > [emmentaler, il formaggio buono che fa bene](#)

Emmentaler, il formaggio buono che fa bene

Gustoso e benefico, adatto ad ogni tipologia di piatto, il formaggio con i buchi fa far faville non solo al palato ma anche al sistema immunitario



AA069362_alta

Svizzero con gusto lieve ma di certo unico, l'**Emmentaler** è noto a tutti per essere il famoso formaggio con i buchi amato dai addirittura da tutti i topini dei cartoni animati che profuma di casa e di ricordi ed è squisito. In cucina si sposa un po' con tutto, dagli antipasti freddi ai piatti caldi e può essere sia elemento di accompagnamento che di condimento. Grazie alla sua pasta compatta ma fondibile, diventa impeccabile quando viene sciolto e fuso. Ed è un cremoso condimento che da consistenza a preparazioni da leccarsi i baffi. Ma ciò che forse vi è sempre sfuggito è che fa bene ed ha delle ottime proprietà benefiche.

Salutare e benefico

Si perché, in realtà, questo formaggio ha degli **ottimi benefici per il sistema immunitario**. Lo ha confermato uno studio fatto da **Agroscope, il Centro di Competenza della Confederazione svizzera** per la ricerca agronomica. L'**Emmentaler DOP** è un formaggio che può essere inserito all'interno di una sana alimentazione poiché contiene un'elevata percentuale di acido propionico, un acido grasso a catena corta che protegge il nostro intestino fungendo da «freno antiinfiammatorio» e che produce numerosi composti biologicamente attivi, **come le vitamine del gruppo B e l'acido folico, fondamentali per rafforzare le difese**. Il consumo, che deve essere sempre comunque moderato, come quello di tutti i formaggi d'altronde, contribuisce a preservare una maggior varietà della flora intestinale, un sistema immunitario più sano e a esercitare anche un'azione positiva sulla regolazione del metabolismo degli zuccheri e dei grassi. Insomma questo sì che è un formaggio toccasana.

Elisir con una storia antica

Le origini dell'Emmentaler risalgono al **lontano medioevo**: in quell'epoca questo formaggio veniva prodotto esclusivamente negli alpeggi della valle del **fiume Emme**. Oggi, invece, è prodotto un po' dappertutto nei cantoni della Svizzera tedesca. Esistono altri formaggi di nome Emmental, ma se si desidera quello svizzero, il più tipico, bisogna assicurarsi che sulla crosta compaia il marchio rosso, con le scritte «**Emmental**» e «**Switzerland**» e le figure stilizzate di una balestra e di un suonatore di corno accanto a una forma di formaggio. Latte fresco del mattino unito a quello della sera che è stato

fatto lasciare riposare, ecco gli ingredienti principali per produrre l'Emmentaler DOP. Chiaramente il formaggio prima di essere consumato è messo a maturare nelle apposite cantine ed è pronto al consumo solo dopo **8-10 mesi**. Il risultato del suo lungo riposo è caratterizzato da una pasta dura e compatta, di **colore avorio-crema**, di facile fusione, con un gusto aromatico ma sempre **dolciastro**.

Insomma questo è un formaggio che ha fatto proprio la storia, che si mangiano grandi e piccini. D'altronde i nostri amati topini la sapevano proprio lunga

POTREBBE INTERESSARTI ANCHE

SPONSORIZZATO

PERCHÉ GLI ITALIANI STANNO FACENDO INCETTA DI
(Hear Clear)

SPONSORIZZATO

CON ENEL ONE, SE PASSI A ENEL ENERGIA, OTTIENI 120€ DI BONUS
(Enel)

SPONSORIZZATO

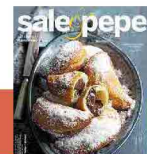
LODI: AUTO INVENDUTE AD UNA FRAZIONE DEL LORO
(Offerte Auto | Ricerca annunci)

RAVIOLI A CAMELLA

L'UOVO SODO E ALTRI 5 PIATTI SEMPLICI CHE SI SBAGLIANO SEMPRE

COME CUCINARE I CARDI

Raccomandato da



ABBONATI

SEGUICI



Ricette

Dolci e dessert
Primi piatti
Secondi piatti
Pane e Pizze
Aperitivi
Antipasti
Salse e sughi
Torte Salate
Contorni
Marmellate e confetture

Occasioni speciali

Pasqua
Carnevale
San Valentino
Natale
Compleanno
Halloween
Matrimonio
Menù Bambini

Scuola di Cucina

Ingredienti
Come fare a...
Dizionario
Utensili
Erbe e Aromi
Cucinare la carne
Preparare il pesce
Fare la pasta
Pulire le verdure
Decorare
Digital School
Scuola di Cucina

Luoghi e Personaggi

Luoghi
Personaggi
Made in Italy
Mondo

Vini

Rossi
Bianchi
Bollicine
Dolci

News ed Eventi

News
Jeunes Restaurateurs
Eventi
Consigli pratici
Benessere
Piaceri

Video

Dolci e dessert
Primi
Secondi
Pane e pizze
Antipasti
Torte salate e Soufflé
Contorni
Drink, bibite e granite

Vegetariano

[Informativa](#) [Cookie Policy](#) [Privacy Policy](#) [Pubblicità](#)

[Aggiorna le impostazioni di tracciamento della pubblicità](#)

© 2021 Stile Italia Edizioni srl Riproduzione riservata - P.Iva 11072110965