



Prosciutto di Parma, il fiore all'occhiello della "Foodvalley"

Prodotto principalmente nel paese di Langhirano, è il salume italiano più conosciuto e apprezzato al mondo e ha ottenuto la Denominazione di Origine Protetta nel 1996.



Prosciutto di Parma, perché fa bene alla salute

Non ho bisogno di uno spot pubblicitario per sapere se sono un po' di Parma anche io. Considerate le mie origine padane da parte di padre nonchè il richiamo del prosciutto, della coppa e degli insaccati in generale, posso affermare che questa appartenenza si fa sentire con una certa puntualità.

Il profumo, il sapore e la dolcezza al palato del **Prosciutto di Parma** mi hanno conquistata fin dalla prima degustazione e devo dire che ci sono alcune aziende che, grazie alla competenza e artigianalità, esaltano la tradizione di questo prodotto tipico dell'[Emilia Romagna](#).

Valori nutrizionali del Prosciutto di Parma

Caratteristica principale del Prosciutto di Parma è l'**elevato contenuto proteico** (25,9 g x 100 g di prodotto). Gli altri macronutrienti sono l'acqua (50,3 g), i lipidi (18,3 g) e i carboidrati (0,3 g) mentre il **valore energetico si attesta sulle 269 calorie/100 g**.

Adatto all'**alimentazione di bambini, sportivi e anziani**, il crudo di Parma è molto digeribile per effetto della scomposizione delle proteine in molecole più piccole e in singoli aminoacidi durante la stagionatura e questo riduce l'aggravio per i reni.

Da non trascurare il **notevole contenuto di [vitamine del gruppo B](#)**, nello specifico B1, B6, B12 e PP che sono **fondamentali per il sistema nervoso**, per la produzione delle cellule del sangue e per il controllo dei processi ossidativi.

In merito alla **composizione in sali minerali**, il celebre prodotto emiliano mostra un corredo di potassio, fosforo, zinco e selenio che conferisce al nostro corpo quote significative delle relative dosi giornaliere raccomandate dai nutrizionisti.

Nonostante tante virtù, la componente lipidica è estremamente ridotta e quindi è un ingrediente anche nelle diete dimagranti. La presenza di grassi insaturi raggiunge valori doppi rispetto a quella dei grassi saturi con un deciso contenuto di **[acido oleico](#)** che protegge da patologie cardiovascolari.

Cenni storici

Le origini del Prosciutto di Parma si perdono nella notte dei tempi. Già in epoca romana, le attuali zone di produzione del pregiato salume erano conosciute per l'allevamento dei maiali e la produzione di prosciutti.

La presenza di **sorgenti saline**, come quella di Salsomaggiore, favorì lo sviluppo dell'area grazie anche all'abilità dei contadini locali che impararono a conservare e a stagionare le cosce dei suini. Si narra che quando Annibale entrò a Parma nel 217 a.C., fu accolto come un liberatore e omaggiato di barili di legno contenenti cosce di maiale conservate sotto sale.

La vocazione dell'area si è rafforzata nei secoli e fu sancita ufficialmente in epoca medioevale con la costituzione della **corporazione dei Lardaioli**.

Riferimenti al Prosciutto di Parma si trovano nel "**Libro de cocina**" della seconda metà del Trecento. Nel Cinquecento il salume parmense fu servito durante il banchetto delle nozze *Colonna*, storica casata patrizia romana. Nel Seicento, Papa Alessandro VII era solito offrirlo agli illustri ospiti che andavano a fargli visita a Palazzo Farnese. Da allora il Prosciutto di Parma fa parte a pieno titolo della tradizione culinaria italiana e rappresenta un'indiscussa perla tra le nostre eccellenze.

Consorzio del Prosciutto di Parma

Nel 1963, l'esigenza di promuovere e tutelare il prodotto in Italia e nel mondo nonché di offrire ai consumatori garanzie e sicurezze sulla qualità, ha sollecitato la costituzione del **[Consorzio del Prosciutto di Parma](#)**.

L'Ente oggi riunisce 150 aziende dislocate nella zona di produzione e che continuano a portare avanti la tradizione, tanto nell'allevamento dei suini quanto nella lavorazione e conservazione del Crudo di Parma.



La corona ducale che caratterizza il vero Prosciutto di Parma DOP.

Dal canto suo, il Consorzio vigila sul rispetto delle regole da parte degli associati che devono attenersi scrupolosamente al rigido disciplinare produttivo depositato all'Unione Europea. Solo i prodotti che rispondono a requisiti prestabiliti possono fregiarsi del nome "Prosciutto di Parma" e del relativo marchio (Corona Ducale) che attualmente è registrato in circa 90 Paesi.

Salumi Cavalier Ilari Alberto

Tra le realtà produttive più importanti del territorio parmense che eleva il prestigio del comparto, c'è il prosciuttificio [Cavalier Ilari Alberto](#) di Langhirano (PR), culla del prosciutto crudo italiano più rinomato al mondo.

L'azienda situata **nel cuore della "Foodvalley"**, circoscritta fra l'Appennino e la Pedemontana, il torrente Enza ad est e i fiumi Taro e Ceno ad ovest, è nata nel 1973 e da allora, grazie a professionalità e serietà, rappresenta un indiscusso marchio di qualità.



Prosciuttificio Cav. Ilari Alberto di Langhirano (Foto © Milena Ferrari).

Luca e Andrea, figli di Alberto Ilari, ne hanno raccolto l'eredità e gestiscono il prosciuttificio seguendo le tradizioni di famiglia con un occhio alle moderne tecnologie innovative. Per i visitatori che ne facciano richiesta, sono organizzate visite guidate che culminano con una ricca degustazione di Prosciutto di Parma, accompagnata da un calice di profumato e gradevolissimo Lambrusco delle Cantine Ceci.

Cav. Alberto Ilari Srl

Via D. Tomasicchio, 7 – 43013 Langhirano (Parma)

[Sito web](#)

Data di creazione

05/02/2019

Autore

milena-ferrari