

>IL SAGGIO

Come addomesticare un microbo e farselo amico

MICHELE BOCCI

HANNO una cattiva reputazione ma in realtà la maggior parte di loro sono innocui e in molti casi pure utili. Anzi fondamentali. I microorganismi vivono da sempre accanto all'uomo, non solo per farlo ammalare o addirittura ucciderlo, ma per garantirgli la sopravvivenza o comunque farlo vivere meglio. Cerca di riconoscere loro i giusti meriti
Manuela Giovannetti nel suo

"Microbi domestici e addomesticati", un breve saggio su questo microscopico mondo pieno di sorprese. L'autrice è docente all'università di Pisa, dove dirige il Centro di "nutraceutica e alimentazione per la salute". E anche di alimenti parla per far capire come i microbi non sono solo quelli che portano la peste o la meningite. Stanno anche alla base di buona parte degli alimenti di cui ci nutriamo. Anche se non sempre vengono citati. Divertente in questo senso

è il caso dei "fermenti lattici vivi". Pure loro sono dei batteri ma l'industria degli yogurt non si sognerebbe mai di parlare di un prodotto a base di "milioni di microbi vivi e attivi". L'autrice passa in rassegna vari esempi di microorganismi fondamentali. Caffè e cacao senza di loro non li potremmo gustare. Liberano infatti semi delle due piante dalle mucillaggini che li ricoprono nelle bacche da cui sono estratti. Ma i germi stanno come noto nei

vino o la birra e ovviamente a far fermentare il pane. E oggi che va tanto di moda il lievito madre la cosa ormai è piuttosto chiara. I batteri buoni stanno anche dentro di noi. L'intestino è la sede un numero enorme di esemplari, compreso tra 10mila e 100mila miliardi, alcuni alcuni dei quali ci aiutano in modo decisivo a digerire determinati alimenti. Già loro, da soli, dovrebbero bastare a risollevarne l'immagine dell'intera categoria.

CRIPRODUZIONE RISERVATA



**MICROBI
DOMESTICI E
ADDOMESTICATI**
di Manuela
Giovannetti
**EDIZIONI ETS,
PP. 68, EURO 10**

