

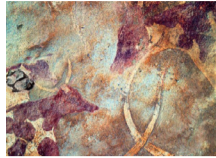
LA STORIA DELLO YOGURT

Lo yogurt è un alimento dalle origini molto antiche: le sue prime tracce risalgono al Neolitico, tra il 10.000 e il 5.000 a.C. Da allora che lo yogurt è entrato a far parte della storia dell'alimentazione umana come prodotto tradizionale. Numerosi sono i benefici che questo alimento apporta alla salute, oltre a consentire la conservazione del latte.

CRONOLOGIA

5000 a.C.

Una scoperta casuale?



Arte rupestre di bestiame addomesticato risalente tra 5000 e 8000 anni fa, Wadi Imha, Libyan Sahara (Roberto Ceccacci)

2000 a.C.

In Medio Oriente, dei mandriani conservarono il latte all'interno di una **sacca fatta dallo stomaco di una capra**, legandola sulla schiena dei loro cammelli. Alla fine del viaggio sotto il sole caldo il latte si trasformò in una crema dal sapore aspro. I **succhi gastrici** provenienti dalla sacca, il **calore** e l'**agitazione** causata dal movimento dei cammelli furono un mix ideale per la produzione del primo yogurt.¹

100 a.C.

The first written record



Plinio il Vecchio

I testi più antichi che menzionano lo «yogurt» sono attribuiti a **Plinio il Vecchio** il quale riportò che alcune tribù di nomadi sapevano come «addensare il latte in una sostanza dall'acidità gradevole».

Comunque nella Bibbia, e più precisamente nel Libro di Giobbe scritto tra il 600 a.C. e il 400 a.C., la frase «**Terra di Latte e Miele**» è interpretata da alcuni storici come un riferimento allo yogurt.³

1072 a.C.

«Yoğurtmak» e i suoi usi medicinali



Mahmud Kashgari

«Yogurt» deriva dalla parola turca «Yoğurtmak». I Turchi furono i primi a valutarne i suoi **usi in ambito medico** per diverse malattie e sintomi (ad esempio, per la diarrea e le scottature solari), in un dizionario completo, *Diwan Lughat al-Turk*, scritto da Mahmud Kashgari. Lo yogurt veniva utilizzato anche come **prodotto detergente e lozione di bellezza**.⁴

1208 a.C.

La leggenda dell'esercito di Genghis Khan



Genghis Khan, Imperatore Mongolo, Shutterstock ©

Genghis Khan, il fondatore dell'Impero Mongolo, si pensa abbia nutrito il suo esercito con lo yogurt, un alimento alla base della dieta dei Mongoli, considerato fonte di **forza e coraggio** per i suoi guerrieri.

1542

Arrivo dello yogurt in Europa grazie al Re Francesco I



Francesco I, Re di Francia (François Clouet)

Tradizionalmente utilizzato nei Balcani e nelle regioni dell'Asia (Impero russo e India), lo yogurt fu introdotto più tardi in Europa dal Re Francesco I, dopo averlo utilizzato per una **diarrea grave**.

1905

Scoperta del *Lactobacillus bulgaricus*, responsabile della fermentazione del latte



Stamen Grigorov

All'età di 27 anni uno studente Bulgaro di nome Stamen Grigorov* scoprì un ceppo di bacillo, **responsabile della fermentazione del latte**, che porta alla formazione dello yogurt. Il ceppo è ora chiamato dalla comunità scientifica *Lactobacillus bulgaricus* ed è ancora utilizzato nelle colture di yogurt.

* Stamen Grigorov (1878-1945) era un noto medico e microbiologo bulgaro, creatore del vaccino antitubercolare.

1919

La prima commercializzazione dello yogurt nelle farmacie



Isaac Carasso al centro, 7° da sinistra (Gaudiclub)

Isaac Carasso* si ispirò al lavoro di Elie Metchnikoff, il quale aveva **diffuso il latte acido** come cibo sano. Poiché all'epoca lo yogurt non era conosciuto nell'Europa Occidentale, egli inizialmente vendette il latte acido come farmaco nelle farmacie.

* Isaac Carasso (1874-1939) fu membro della nota famiglia Ebraica Sefardita Carasso dell'ottomana Salonico (attualmente Tessalonica, in Grecia). Dopo essere immigrato a Barcellona, Carasso aprì una fabbrica di produzione dello yogurt che più tardi divenne Gruppo Danone.

2014

Lo yogurt oggi

Lo yogurt oggi è un prodotto definito dalla FAO (Food and Agriculture Organization of the United Nations). È anche ampiamente riconosciuto come **cibo salutare**. I Paesi europei, Russia inclusa, consumano la più grande quantità di yogurt tradizionale. La ricerca condotta in 15 paesi ha inoltre dimostrato che i principali consumatori di yogurt nel mondo sono Paesi Bassi, Turchia, Francia, Spagna e Germania. Il consumo di yogurt è oggi **profondamente consolidato tra le nostre abitudini alimentari** e, nel mondo, i consumatori di yogurt sono generalmente più propensi ad adottare uno stile di vita e un'alimentazione più salutari.

Per la **versione interattiva della storia dello yogurt** [clicca qui](#)

YOGURT
IN
NUTRITION
INITIATIVE FOR A BALANCED DIET

▶ Per saperne di più sullo yogurt visita www.yogurtinnutrition.com

Stay tuned! @YogurtNutrition

Subscribe to our newsletter

Bibliografia:

1. The Yogurt Council, The History of Yogurt, 2013.
2. Batmanglij N., A Taste of Persia: An Introduction to Persian Cooking, Mage Publishers, 2007.
3. The Natural History of Pliny, tr. John Bostock, Henry Thomas Riley, London: Bell, 1856-93, Vol. 3, p. 84.
4. Encyclopaedia Britannica, Mahmud-Kashgari. Islam Etkisindeki Türk Edebiyatı.