



World Food Day 2025: le patate protagoniste tra sostenibilità, benessere e trend social

In occasione del World Food Day, che si terrà il prossimo 16 ottobre, Potatoes Forever! celebra il tubero più versatile e popolare della cucina europea: alleato del benessere, esempio di sostenibilità agricola e protagonista delle ricette più virali sui social.

Un incrocio fortunato che ha cambiato la storia del cibo

Roma, 8 ottobre 2025 - Le patate che oggi arricchiscono le nostre tavole hanno una storia che parte da molto lontano: secondo una recente ricerca, la loro origine risale a circa 9 milioni di anni fa nelle Ande sudamericane, quando un incrocio naturale tra una specie selvatica priva di tubero e un antenato del pomodoro diede vita alle patate che oggi conosciamo.

Questa straordinaria combinazione genetica ha permesso alla patata di adattarsi ai climi difficili e, grazie alla capacità di moltiplicarsi facilmente, di diffondersi nelle Americhe e poi nel resto del mondo. Oggi le patate sono le protagoniste di **Potatoes Forever!, la campagna dell'Unione Europea promossa in Italia da UNAPA** che mira ad informare il consumatore sulle pratiche sostenibili adottate all'interno della filiera.

Produzione: un comparto strategico a livello italiano ed europeo

L'Italia può contare su una filiera della patata ampia e differenziata, capace di offrire prodotti di qualità adatti alle diverse esigenze di mercato: secondo i dati **Istat 2025**, nel nostro Paese sono **47.529 gli ettari** di superficie dedicati alla coltivazione delle patate, in crescita (+5%) rispetto agli anni precedenti. Tra i principali punti di forza della produzione italiana figurano la diversificazione del calendario produttivo, la segmentazione dell'offerta e standard elevati sia sotto il profilo qualitativo, con sei denominazioni DOP e IGP, sia sotto quello agronomico, grazie alla diffusa adesione ai protocolli di produzione integrata. A ciò si aggiunge un forte impegno per la sicurezza alimentare, sostenuto da sistemi di tracciabilità sempre più avanzati.



La filiera pataticola rappresenta un settore chiave dell'agricoltura poiché fortemente integrata e vocata al mercato. Grazie all'alto livello di professionalità e ai costanti investimenti effettuati dai produttori, la **resa media nell'Unione Europea** - pari a **34 tonnellate per ettaro** - risulta nettamente superiore alla media mondiale (22 t/ha). Nel 2023, la produzione totale europea ha raggiunto **48,3 milioni di tonnellate** su circa **1,3 milioni di ettari**, per un valore economico generato di **19,4 miliardi di euro**.

La patata si contraddistingue inoltre come alimento a bassa impronta idrica, rappresentando un modello virtuoso di coltivazione sostenibile: secondo la **Water Footprint Network**, per produrre un chilogrammo di patate servono in media circa **287 litri d'acqua**, molto meno rispetto ad altre fonti alimentari vegetali (322-962 l/kg) e infinitamente meno rispetto alle proteine animali - basti pensare alla carne bovina con oltre **15.400 litri per kg**.

Proprietà nutrizionali: energia, vitamine e salute

Le patate non sono soltanto un contorno: sono un alimento completo e naturalmente ricco di nutrienti. Secondo la **Food and Agriculture Organization (FAO)** e il **Dipartimento dell'Agricoltura degli Stati Uniti (USDA)**, una porzione media di patate cotte (circa 150-200 g) apporta circa **100-110 kcal**, è praticamente priva di grassi e costituisce una fonte significativa di **carboidrati complessi**, il principale "carburante" per il nostro organismo.

Tra i vari altri benefici nutrizionali, nelle patate troviamo un buon apporto di potassio, minerale essenziale per il normale funzionamento muscolare e la regolazione della pressione sanguigna, nonché **vitamina C** e **B6**, entrambe importanti per il sistema immunitario e il metabolismo energetico. Inoltre, grazie alla presenza di **fibra** e all'assenza di **glutine**, si prestano bene a diete equilibrate, vegetariane e senza glutine.

Trend social: ricette virali e percezione del tubero online

Le patate riscuotono successo anche nel mondo del web, figurando tra gli ingredienti protagonisti di numerose ricette virali. Tra esse troviamo le *Crispy Garlic Potatoes*, mini patate croccanti fuori e filanti dentro, le *Parmesan-Crusted*



Roasted Potatoes, una variante arrosto con golosa crosticina al parmigiano, e le iconiche patate a spirale, scenografiche e ottime per un feed estetico.

Anche Potatoes Forever! ha realizzato una breve survey sui propri canali social per comprendere come i follower percepiscano oggi le patate. I risultati mostrano che la maggioranza del campione (55,9%) le considera “troppo buone per essere solo un contorno”, mentre per il 26,5% rappresentano un superfood sottovalutato.

Anche sul fronte delle proprietà nutrizionali, le opinioni appaiono piuttosto definite: il 65,7% degli intervistati ritiene che le patate non facciano ingrassare, mentre solo l'8,6% è di parere opposto. Il restante 25,7% ammette di “non saperlo, ma di mangiarle comunque”.

Infine, alla domanda sul proprio piatto a base di patate preferito, il 42,9% del campione ha scelto le patate al forno, seguite da una torta salata con verdure di stagione (40%) e, al terzo posto, dagli gnocchi fatti in casa (17,1%).

«Dietro un prodotto semplice come la patata c'è una filiera che investe in sostenibilità, sicurezza e gusto. Il nostro obiettivo è dimostrare come questo tubero, il preferito di intere generazioni, possa oggi guidare la transizione verso un'agricoltura più responsabile e vicina ai consumatori», dichiara **Augusto Di Silvio, Presidente di UNAPA**.

Per ulteriori informazioni:

Ufficio stampa Italia Campagna EU “Potatoes Forever!”

Nicoletta Fabio – mob. 347 1130494

Elisabetta Longo – mob. 345 0730421

Eleonora De Pietro – mob. 340 1819782

potatoesforever@noesis.net

Per saperne di più: potatoesforever.eu/it

UNAPA

UNAPA (Unione Nazionale tra le Associazioni dei Produttori di Patate) è stata fondata nel 1987, per volontà di sei associazioni di produttori, che desideravano avere un sistema organizzato nazionale per valorizzare e proteggere la filiera.



Oggi l'Unione è composta da 11 Organizzazioni di Produttori, ufficialmente riconosciute e operanti in tutte le maggiori aree pataticole nazionali, che complessivamente aggregano circa 9.000 aziende agricole.

UNAPA, oltre a essere l'Unione Nazionale, è l'unica Associazione tra le Organizzazioni dei Produttori (AOP) riconosciuta in Italia per il settore delle patate. Con una produzione pari a circa 240 mila tonnellate, rappresenta circa il 25% della produzione nazionale e, con una superficie investita complessiva di circa 5 mila ettari, copre il 17% della superficie nazionale pataticola, per un fatturato aggregato di circa 70.000.000 € e una VPC di circa 60.000.000 €.

Inoltre, anche se non direttamente presente, attraverso le proprie OP UNAPA è presente anche in altre regioni come la Sicilia, la Sardegna, la Toscana, l'Umbria e le Marche. Nel quadro dei marchi di eccellenza territoriali riconosciuti dall' UE, le OP aderenti a Unapa commercializzano una quota prevalente (85%) delle patate vendute come DOP e IGP in Italia. Tale dato di mercato è possibile grazie alla forte presenza della produzione organizzata nelle 4 maggiori referenze nazionali: la DOP di Bologna e le IGP del Fucino, dell'Alto Viterbese e della Sila.

L'adesione a UNAPA ha contribuito negli anni a consolidare i rapporti tra le varie realtà della produzione organizzata italiana favorendo la formazione di una filiera nazionale e, dunque, di un vero sistema agroalimentare della patata. Il risultato finale di questo lungo processo è la nascita di una Rete d'impresa denominata "Pataticoltori d'Italia".

Potatoes Forever!

Cofinanziata dalla UE, la campagna **Potatoes Forever!** è promossa in Italia da [UNAPA](#), Unione Nazionale tra le Associazioni dei Produttori di Patate, e in Francia da CNIPT, Comité National Interprofessionnel de la Pomme de Terre, con l'obiettivo di informare il consumatore sulle buone pratiche del settore e mettere in evidenza le azioni degli agricoltori in termini di produzione sostenibile e riduzione dell'impatto ambientale. La mission del programma è quella di migliorare la competitività del settore agricolo dell'Unione europea perseguendo molteplici obiettivi:

- posizionare le patate come alimento prodotto in modo sostenibile;
- aumentare la consapevolezza dei consumatori nei confronti delle patate, prodotto agricolo di eccellenza dell'Unione europea, e degli elevati standard di sostenibilità dei metodi di produzione delle patate nell'UE;
- sottolineare i benefici nutrizionali garantiti dal consumo di patate.

Alla base del progetto, sei pillole: conservazione della biodiversità, riduzione dell'impatto su suolo e acqua, riduzione dell'impatto climatico, lotta allo spreco alimentare, tutela della tracciabilità dei prodotti e delle certificazioni di filiera, supporto ai produttori della filiera.

Il progetto – che nasce nell'ambito del Regolamento UE 1144/2014 – mira ad aumentare la consapevolezza nei cittadini dell'UE riguardo all'impegno dell'agricoltura europea e quindi della filiera delle patate nella transizione verso un modello di agricoltura più sostenibile, nella mitigazione dei cambiamenti climatici e nella preservazione della biodiversità, come previsto dalla strategia *Farm to Fork* promossa nel Green Deal dell'UE.