Verbraucherzentrale Südtirol
Centro Tutela Consumatori Utenti
Die Stimme der VerbraucherInnen
La voce dei consumatori

Centro Tutela Consumatori Utenti

Via Dodiciville 2
39100 Bolzano
Tel. 0471 975597
info@verbraucherzentrale.it

Cos'è esattamente lo skyr?

Lun 12/02/2018 - 10:01

Mangiare, bere e altre delizie – lo sapevate che ...?

Lo skyr è un latticino originario dell'Islanda. Lo si produce facendo coagulare il latte scremato con l'aggiunta di caglio e lattobacilli. Il risultato – lo skyr, appunto – è una sostanza cremosa il cui sapore ricorda quello del quark magro, sebbene tenda più verso l'acidulo.

Dal 2015 lo skyr viene prodotto e distribuito da caseifici in Germania, al naturale e in diverse varianti alla frutta; da poco si è cominciato a produrlo anche in un caseificio altoatesino.

Lo skyr ha un basso apporto di grassi e calorie, mentre è ricco di proteine e calcio: il contenuto proteico è solo leggermente inferiore a quello del quark magro, quello di calcio nettamente superiore. Fino ad oggi lo skyr ha sempre avuto un costo notevolmente più elevato del quark magro, ma in compenso ha una maggiore cremosità. Peraltro, la consistenza del quark magro si può migliorare aggiungendo un po' d'acqua e mescolando bene.