

De-Gustare, 17 settembre 2025 <https://de-gustare.it/fuori-menu/il-riso-italiano-cresce-69-i-consumi-nel-2025/>

Il riso italiano cresce: +6,9% i consumi nel 2025

Cereale senza glutine conquista le nuove generazioni. Indagine rivela scarsa conoscenza del primato produttivo nazionale

Gli italiani stanno riscoprendo il riso. I dati dell'Osservatorio Nazionale sul Consumo di Riso in Italia, presentati a Vercelli il 13 settembre, mostrano una crescita dei consumi del 6,9% nel 2025 rispetto all'anno precedente. Un trend che coinvolge tutte le fasce d'età, dalle famiglie tradizionali ai giovani della Generazione X.

La ricerca, realizzata da AstraRicerche per conto di Ente Nazionale Risi, Ente Fiera di Isola della Scala e Consorzio di Tutela della IGP Riso Nano Vialone Veronese, fotografa un settore in evoluzione. Oltre la metà degli italiani (51,8%) consuma riso almeno una volta alla settimana a casa, mentre il 13,5% lo porta in tavola tre o più volte settimanali.



Risotto ai frutti di mare

Un alleato per chi evita il glutine

Tra i motivi di questo successo c'è anche la natura gluten-free del riso, caratteristica che lo rende un'alternativa sicura per chi soffre di celiachia o sensibilità al glutine. A differenza di grano, orzo e segale, il riso è naturalmente privo di questa proteina, permettendo a chi ha disturbi glutine-correlati di variare la propria dieta senza rinunciare ai carboidrati.

L'88% degli intervistati riconosce che il riso, abbinato a proteine e fibre, può creare piatti completi ed equilibrati. Una consapevolezza nutrizionale che si riflette nelle motivazioni d'acquisto: l'81,2% lo sceglie perché considerato sano, percentuale in crescita del 3,7% rispetto al 2024.

Giovani alla scoperta del chicco

I più giovani sembrano aver scoperto nel riso un alimento pratico e salutare. Il 22% della Generazione X lo consuma regolarmente fuori casa, frequentando ristoranti italiani ed etnici. Un dato che testimonia come questo cereale si sia emancipato dalla sua immagine tradizionale per diventare ingrediente versatile della cucina contemporanea.

La versatilità emerge come punto di forza: il 69,2% degli intervistati apprezza la possibilità di utilizzarlo come base per ricette diverse, con un incremento del 7,8% rispetto all'anno precedente. Il rapporto qualità-prezzo convince il 76,9% dei consumatori.



Risai in Lomellina

Il paradosso del primato sconosciuto

L'aspetto più sorprendente dell'indagine riguarda la scarsa conoscenza del primato produttivo italiano. L'Italia è il primo produttore europeo di riso, con coltivazioni concentrate in Piemonte, Lombardia, Veneto ed Emilia-Romagna, ma molti consumatori non lo sanno.

Le risaie italiane garantiscono standard elevati di qualità, sicurezza alimentare e tracciabilità. Il riso nazionale è apprezzato sui mercati internazionali, eppure questa eccellenza rimane poco comunicata ai consumatori domestici.

Sfide future

I numeri indicano una direzione positiva: consumo in crescita sia domestico che fuori casa (+2,5%), maggiore consapevolezza nutrizionale e appeal trasversale. Tuttavia, il settore deve lavorare sulla comunicazione per far conoscere meglio il valore del riso italiano.

Per chi cerca alternative senza glutine, il riso rappresenta una soluzione naturale e nutriente. La sua capacità di adattarsi a preparazioni diverse – dai risotti tradizionali alle bowl salutistiche – lo rende ingrediente ideale per un'alimentazione varia ed equilibrata.

La crescita registrata nel 2025 conferma che il riso ha le carte in regola per consolidare il suo posto nella dieta italiana contemporanea, rispondendo alle esigenze di salute, gusto e praticità delle nuove generazioni.