



LA STRADA DEL PESCE



Occhio al marchio

Pesci e Stagioni in Emilia-Romagna



Iniziativa finanziata dalla

Unione Europea

DocUP - S.F.O.P. 2000/2006

Misura 4.3 "Promozione e ricerca di nuovi sbocchi"

Regione Emilia Romagna

Assessorato Attività Produttive, Sviluppo Economico e Piano Telematico
Direzione Generale Attività Produttive, Commercio, Turismo
Servizio Economia Ittica Regionale



PROVINCIA
DI FERRARA



PROVINCIA
DI RAVENNA



PROVINCIA
DI FORLÌ-CESENA



PROVINCIA
DI RIMINI





Pesci e Stagioni in Emilia-Romagna



Iniziativa finanziata dalla
Unione Europea
DocUP - S.F.O.P. 2000/2006
Misura 4.3 "Promozione e ricerca di nuovi sbocchi"



Regione Emilia Romagna
Assessorato Attività Produttive, Sviluppo Economico e Piano Telematico
Direzione Generale Attività Produttive, Commercio, Turismo
Servizio Economia Ittica Regionale



PROVINCIA
DI FERRARA



PROVINCIA
DI GENOVA



PROVINCIA DI
FORLÌ-CESENA



PROVINCIA
DI RIMINI

M.A.R.E. Scarl –
www.coopmare.com

Coordinamento, foto e testi di

Fabio Fiori

Con il contributo di

Giuliana Giulini (Informazioni al consumo)

Mirko Maffei

Daniela Matarazzo

Giuseppe Prioli

Mario Vacalebri

Un ringraziamento particolare a

Adriano Barberini

Laerte Brugnoli

Gianni Cavallini

Stefano Cecchini

Rinaldo Ghirardelli

Piero Lucarelli

Nadia Mietti

Beatrice Pasolini

Gianni Persanti

Paolo Piva

Franco Prioli

Faustolo Rambelli

Lucio Rispoli

Nicola Tontini

*In ricordo di Franco Mazzocchi,
con cui tanto si è parlato di cucina con pesce povero*

INDICE

Presentazione	7
Introduzione	9
Geografica-ambientale	9
Storico-economica	12
Storico-gastronomica	16
Alcune note	15
Le specie	20
<i>Molluschi</i>	21
Cozza	22
Garagoli	23
Lumachino	24
Ostrica	25
Poveraccia	26
Scrigni di venere	27
Seppia	28
<i>Crostacei</i>	30
Canocchia	31
Grancella	32
<i>Pesce bianco</i>	34
Mazòla	35
Molo	36
Occhialone	37
Paganelli	38
Suri	39
Triglia	40
<i>Pesce azzurro</i>	42
Saraghina	43
Sarda	44
Sardone	45
Calendario ittico	49
Informazioni al consumo	53
Valore nutritivo	59
Bibliografia	62

Con il Programma "Occhio al marchio - La strada del pesce", che presenta il logo del "Prodotto certificato Alto Adriatico", la Regione Emilia-Romagna in collaborazione con le Province costiere di Forlì-Cesena, Ferrara, Ravenna e Rimini vogliono realizzare una iniziativa che faccia conoscere ancor di più la qualità e il valore alimentare del pesce adriatico e promuovere un impegno comune di tutti i protagonisti della economia del mare: pescatori, mercati ittici, imprese della distribuzione commerciale e grandi distribuzioni, ristoratori per una miglior offerta ai consumatori, con una buona pratica di qualità del prodotto dell'intera filiera ittica.

Il pesce dell'Adriatico presenta una grande ricchezza di diversità di specie in un ambiente biologicamente molto ricco che vale la pena conoscere meglio. Aumenta il consumo di pesce nelle famiglie, ma di più quello importato; sarebbe bello invece che aumentasse quello del pesce che viene dal nostro mare, proprio conoscendo di più le sue caratteristiche importanti e positive per la dieta alimentare e per la salute e le straordinarie possibilità di consumarlo con semplicità ogni giorno e con la migliore soddisfazione di una cultura gastronomica di preparazione e di cucina come quella che può ancor di più offrire la tradizione e la capacità di innovazione nelle strade della ristorazione in Emilia-Romagna.

La Regione punta sulla qualità e sulla sicurezza alimentare e ha avviato per questo il percorso per creare il marchio di qualità e tracciabilità certificata del pesce, dei molluschi e dei crostacei "Prodotto certificato dell'Adriatico Adriatico". Marchio che tuteli i consumatori e organizzi la filiera delle imprese commerciali e di ristorazione, di trasformazione e di pesca attraverso la certificazione e i sistemi di tracciabilità.

Credo che così potremo dare risultati migliori ai pescatori, agli imprenditori del mare e ai consumatori.

Questo opuscolo, inserendosi in questo progetto complessivo, ci auguriamo sia un valido strumento per affrontare un corretto acquisto e una adeguata preparazione dei prodotti del nostro mare che già tante qualità racchiudono in sé soprattutto se consumati rispettando la loro naturale stagionalità.

Occhio al marchio quindi e buon viaggio lungo le strade del pesce, da parte mia e da parte dei miei colleghi Assessori delle Province.

Duccio Campagnoli

Assessore Regionale

Attività Produttive, Sviluppo Economico e Piano Telematico



Introduzione

Geografica-ambientale

La fascia costiera della regione Emilia-Romagna si estende per circa 130 chilometri, dal Po di Goro (FE) alla foce del torrente Tavollo, corrispondente al portocanale di Cattolica (RN). Tutto il litorale è basso e sabbioso; importuose erano in passato le coste, tant'è che i porti sono stati realizzati sulla foce di fiumi o torrenti (Bellaria, Rimini, Riccione, Cattolica, ecc.), canali artificiali (Porto Garibaldi, Marina di Ravenna, Cervia, Cesenatico, ecc.) e, nel caso di Goro, all'interno dell'omonima sacca.

La zona meridionale, dalla foce del Tavollo a quella del Rubicone, quest'ultima compresa tra Savignano (FC) e Gatteo (FC), si caratterizza per le spiagge relativamente ristrette. Qui la fascia sabbiosa va dal mare alla falesia morta (antica linea di riva risalente a circa 10.000 anni fa) ed è interrotta dalle aste fluviali, che sono circa perpendicolari alla linea di costa. A nord del fiume Rubicone, le colline appenniniche sono più lontane dal mare, le spiagge più ampie e spesso a ridosso di grandi aree umide:



Marina di Ravenna, diga foranea di levante.

saline, valli, lagune e ambienti deltizi. I fondi marini antistanti l'Emilia-Romagna sono sabbioso-fangosi, con granulometria decrescente dalla costa al largo, almeno fino a -20 metri di profondità. A distanza di 12 miglia nautiche dalla costa le profondità sono di circa 10 metri, a 12 miglia variano tra -25 e -30 metri. Nelle acque della fascia costiera, temperatura e salinità sono molto variabili nel corso dell'anno. Le temperature hanno infatti un'ampia escursione annuale, andando in superficie da un minimo di circa 7 °C a un massimo di 28 °C, mentre la salinità oscilla tra i 20 e i 38 grammi per litro. Le acque costiere risentono degli abbondanti apporti terrigeni dei fiumi appenninici e del Po, anche in relazione alle caratteristiche generali della circolazione, avente di norma andamento nord-sud. Gli apporti fluviali sono significativi anche in relazione alla bassa profondità. Da ciò deriva la caratteristica eutrofia delle acque costiere; *verdi acque* che sono un abbondante pascolo per una variegata fauna marina. Non solo sogliole, triglie, naselli, canocchie, seppie, mitili e mille altri *pesci*, ma lasciando la riva è frequente imbattersi in tonni, delfini, tartarughe e pesci luna, grandi animali che popolano le vivissime acque adriatiche. Nell'ultimo secolo la fauna e la flora sottomarina si sono ulteriormente arricchite di specie tipiche di fondi rocciosi, evoluzione legata alla realizzazione di numerose opere portuali e *isole* artificiali, le piattaforme di estrazione metanifera. Esemplificativa è la storia del relitto Paguro, una piattaforma affondata a circa 11 miglia nautiche al largo di Ravenna, su un fondale di 26 metri, a metà degli anni '60 del Novecento, trasformatasi in una bellissima e interessante oasi marina. L'area è, da qualche anno, preclusa alla pesca e riconosciuta come Zona di Tutela Biologica.

Corvine sul relitto del Paguro
(Foto Faustolo Rambelli)



La costa tra la foce del Savio e quella del Foglia

Una costa bassa e sabbiosa che si stende dalla foce del Savio verso meridione fin dove l'Appennino butta a mare i suoi dossi. Ad ogni nuova stagione il vento rimuove le dune sabbiose su cui germinano erbe riarse, ora scoprendo ora interrando i muretti dei giardini. Resistono le tamerici, e il mare con le maree ora allunga ora abbrevia l'arenile.

Oltre la strada altra sabbia, poi gli orti sulle prime alture. Inframezzate da campi ove l'asparago cresce lentamente, le case dei pescatori sono piccole e basse, dipinte a calce di gialliccio e di rosa, con le ante delle finestre verde oliva. Sorgono talvolta appena dietro le villette dei forestieri, con i balconcini con la balaustra in ferro, i vasi dei gerani o un oleandro che si divincola al vento frequente.

Nell'estate quando l'arenile assolato si riempie di bagnanti, le famiglie dei pescatori si ritirano nella capanna (una stanza di mattoni vuoti appoggiata a un fianco della casa che l'inverno serve da magazzino) con pochi materassi e poco vasellame, perché la casa si dà in affitto ai villeggianti. Il mare nei giorni buoni è tutto orlato di vele variopinte, rosso mattone, giallo, ocra, nero.

Dal colore della vela i ragazzi sanno il padrone e il luogo della barca per almeno trenta miglia di costa.

Quelli delle barche di altura, padroni e marinai, lasciano la riva dinnanzi a casa a un tramonto e tornano a un altro tramonto. Altre volte prendono terra nel porto perché è più facile vendervi il pesce.

Lorenzo Camusso, 1950

Storico-economica

Se importante è la industria alla pesca per la produzione alimentare, che in larga copia essa estrae dal mare, e che poi il commercio spedisce con facilità in tutte le Città e Borgate del Regno con reale vantaggio di tutte le classi e specialmente delle meno agiate, altrettanto rileva per quella classe che esclusivamente a questa industria si dedica...

Relazione sulla pesca nel Compartimento di Rimini (da Senigallia esclusa, fino alla foce di Po di Goro), 1872

La pesca e l'allevamento ittico lagunare hanno una plurisecolare tradizione in Emilia-Romagna. La pesca si sviluppò notevolmente alla fine del XIX secolo, per una serie di favorevoli concause. Dopo l'unità d'Italia, il miglioramento dei collegamenti stradali e la realizzazione di quelli ferroviari, l'immigrazione di pescatori veneti e marchigiani, la realizzazione di nuove opere portuali, la nascita delle prime organizzazioni cooperative e sindacali, consentirono un significativo incremento delle attività pescherecce. Nel secondo dopoguerra la completa motorizzazione del naviglio, l'introduzione delle fibre sintetiche per la realizzazione di cavi e reti, le apparecchiature elettroniche per la navigazione e la comunicazione, le nuove tecniche di pesca, hanno insieme contribuito alla modernizzazione del settore.

Oggi i 130 chilometri di costa dell'Emilia-Romagna sono suddivisi in due compartimenti marittimi: Ravenna e Rimini. Nel più settentrionale si trovano i porti pescherecci di: Goro, Porto Garibaldi, Marina di Ravenna e Cervia, mentre in quello meridionale si trovano: Cesenatico, Bellaria, Rimini, Riccione e Cattolica.

Rientro di un trabaccolo nel porto di Cattolica; inizio Novecento (Archivio Fotografico, Centro Culturale Polivalente di Cattolica)



Negli ultimi anni la flotta da pesca conta circa ottocentocinquanta imbarcazioni, di cui circa la metà inferiori ai dieci metri di lunghezza e le restanti con una lunghezza media di quindici metri. Quattro sono le tipologie di pesca più diffuse: strascico, volante, draga idraulica, pesca con attrezzi da posta (reti d'imbrocco, nasse, cestinini, ecc.). Complessivamente la produzione peschereccia annua regionale si attesta da qualche anno attorno alle 30.000 tonnellate e rappresenta il 10% della produzione ittica nazionale. Quantitativamente il pesce azzurro, pescato con le volanti (due barche trainano un'unica rete che pesca a mezz'acqua), è quello più importante, con circa 15.000 tonnellate. La produzione di poveracce, pescate con la draga idraulica (una cesta in ferro trainata in retromarcia) si attesta sulle 2.000 tonnellate. Tra le specie di fondo, pescate sia con le reti a strascico che con gli attrezzi da posta, quelle più significative sono la canocchia con 2.500 tonnellate, la seppia 1.000 tonnellate, la triglia 1.000 tonnellate, la sogliola e il nasello, entrambe con 800-1.000 tonnellate. Rilevante e caratteristica è anche la pesca del lumachino, pescato con i cestini, che si attesta annualmente sulle 800-1.000 tonnellate. E' bene sottolineare che la pesca a strascico e la pesca con reti da posta sono caratterizzate da una multispecificità di catture che garantisce, anche in termini gastronomici, una grande ricchezza. Per quanto riguarda la maricoltura, due sono le attività in Emilia-Roma-

Porto di Goro, imbarcazioni impegnate nella piccola pesca o nella venericoltura



gna: l'allevamento su fondali lagunari di vongola verace e l'allevamento in sospensione in mare di mitili. Negli ultimi anni è in crescita l'interesse commerciale e produttivo per l'ostrica piatta, che vanta una importante tradizione sia di pesca che di allevamento lagunare. Gli impianti a mare per l'allevamento di mitili sono una ventina, su cui operano oltre 160 imprese per una produzione annua attestatasi negli ultimi anni sulle 15.000 -20.000 tonnellate. Gli allevamenti su fondale di vongole veraci, ubicati per la maggior parte nella Sacca di Goro, sono una ventina, in cui operano un migliaio di addetti, per una produzione annua di circa 8.000 -10.000 tonnellate. Queste produzioni sono significative sia a livello nazionale che europeo.

In regione il movimento cooperativo rappresenta un'importantissima realtà, di lunga tradizione. La prima "Società di mutuo soccorso fra la marineria" venne costituita nel 1884 a Rimini e già dopo due anni contava oltre 300 iscritti. Risalgono ai primi decenni del Novecento le prime società cooperative che, oltre a tutelare i diritti dei pescatori, acquistarono ben presto un ruolo decisivo anche nello sviluppo del settore. Oggi importanti cooperative si trovano in tutte le marinerie, della regione, e rappresentano gli interessi economici e sociali della maggior parte sia dei pescatori che delle imprese.

Porto di Rimini, imbarcazioni che svolgono la pesca a strascico



Il contratto alla parte

Viene di seguito riportato un estratto dalla Relazione sulla pesca nel Compartimento di Rimini (da Senigallia esclusa, fino alla foce di Po di Goro), del 1872.

Dopo prelevate le spese di mantenimento e combustibile, meno il pane che ogni pescatore si porta seco per tutta la settimana che rimane sul mare, gli utili si dividono in parti uguali fra l'equipaggio, e l'armatore. Il numero delle parti spettanti a quest'ultimo, stanno in ragione della grandezza del legno nel modo che segue: [da 2 $\frac{3}{4}$ per le barche piccole, a 4 $\frac{3}{4}$ per quelle grandi].

Chi è posto alla direzione della barca da pesca ha sempre il quarto di parte di più, inoltre lira una per settimana. I ragazzi poi in compenso dell'opera loro hanno la quarta od anche la mezza parte.

Storicamente, ma anche e forse soprattutto per ragioni oggettive, le attività di pesca richiedono un coinvolgimento pieno dell'equipaggio al rischio imprenditoriale. La flessibilità salariale è un'antica caratteristica del settore e questa sinergia economica nell'attività è tutt'ora vigente e si esplicita nel "contratto alla parte". Premesso che oltre a questa forma contrattuale esistono anche il "contratto salariale" e la "gestione autonoma", il "contratto alla parte" è comunque peculiare e molto diffuso nel settore. Per calcolare le parti spettanti all'equipaggio, dal monte complessivo dei ricavi si detraggono i costi operativi (carburante, olio, ecc.), ottenendo così il monte produttivo. Questo viene suddiviso in due parti, una spetta alla barca, ossia alla proprietà armatoriale, una all'equipaggio. La quota equipaggio è poi suddivisa in base alle consuetudini locali; a Cattolica ad esempio in una barca con 4 persone d'equipaggio si fanno 5 parti, il comandante prende 1 parte e $\frac{1}{2}$, così come il motorista, mentre i due marinai prendono 1 parte ciascuno.



Un equipaggio intento a salpare le reti, nel mare antistante Cattolica; primi anni '50 del Novecento (Archivio fotografico, Centro Culturale Polivalente di Cattolica)

Storico-gastronomica

In mare quasi non si mangiava che pesce: la zuppa cucinata in una vecchia pentola su un fuoco di legna acceso in fondo alla barca e l'acqua era già salata perché di mare.

Lorenzo Camusso, 1950

La cultura marinaresca del passato ha lasciato tracce minime, se paragonate a quella contadina. Probabilmente, anche in relazione a questa enorme differenza testimoniale, decisamente inferiore è il numero di scritti riguardanti la cucina dei prodotti ittici. Se antichi trattati ci informano della passione delle classi agiate romane per pesci, molluschi e crostacei marini, nei secoli successivi gli interessi gastronomici, almeno in area mediterranea, sembrano rivolgersi maggiormente alle specie d'acqua dolce. Solo in età moderna si registra un'inversione di tendenza, e pesci, molluschi e crostacei del Mediterraneo ritornano a popolare menù e ricettari. Bisogna comunque attendere la seconda metà dell'Ottocento, perché i prodotti della pesca mediterranea, a parte qualche rara eccezione (tonno, anguilla, sarda, acciuga e pochi altri), amplino il loro bacino di diffusione. Come ha scritto Fernand Braudel "Il mare aggiunge molto alle risorse della zona mediterranea, ma non le garantisce l'abbondanza quotidiana". La pesca svolta lungo le rive o poco lontano da esse, mantiene per secoli una dimensione artigianale, d'integrazione alimentare. Nella naturale, caratteristica, relativa povertà delle acque mediterranee, l'Adriatico rappresenta da sempre un'eccezione. Le sue *verdi acque*, come già scritto, sono un abbondante verde pascolo per una grande varietà di pesci, molluschi e crostacei. Non a caso lungo le rive occidentali sono sorti i maggiori centri pescherecci italiani: Chioggia, Cesenatico, Rimini, Cattolica, Ancona e San Benedetto, solo per citarne alcuni. Circa la storia e la tradizione culinaria, senza scomodare ricettari e trattati antichi, medievali e rinascimentali, basterà qui ricordare che nell'ottocentesco "La Scienza in cucina e l'Arte di mangiar bene" di Pellegrino Artusi, ai piatti di pesce è dedicata un'articolata sezione. Va detto che delle 790 ricette proposte nell'ultima edizione, solo 66 sono quelle di pesce, e a ben vedere anche qualcuna in meno, visto che il paragrafo contiene anche un paio di piatti a base di ranocchi. Altre ricette, sempre a base di prodotti ittici, si ritrovano nelle parti dedicate alle minestre, ai *principii* o antipasti, alle salse e in altre ancora. Comunque, il ricettario offre una certa varietà, sia per modi di cucinare che per specie. Vengono trattati i pesci ossei nostrani, come naselli, sogliole, triglie "di mezzana grandezza che nella regione adriatica chiamansi *rossioli o barboni*", rombi, sarde e acciughe "conosciute sulle spiagge dell'Adriatico col nome di *sardone*", o d'importazione, come l'arringa, il baccalà e lo stoccafisso. Si parla ampiamente delle anguille "di Comacchio che sono le migliori d'Italia", dello storione e delle sue rinomate uova da cui si ottiene il caviale, un pesce che all'epoca era comune nelle acque del Po e del Ticino. Hanno un loro spazio anche i pesci cartilaginei, il palombo e il pesce squadro, i crostacei ossia le ricche *ariguste* e le più umili cicale, che non son certo quelle che "cantano su per gli alberi", ma quella "tanto comune nell'Adriatico e collà cognito col nome di canocchia". Molto spazio hanno anche i molluschi, *conchiglie*, seppie, calamari e calamaretti adriatici, "polputi e saporiti, cucinati fritti, sono giudicati dai buongustai un piatto eccellente". Nelle

pagine artusiane trovano spazio il brodetto, dei “paesi che costeggiano l’Adriatico”, i brodi di pesce, fatti con diverse specie tra cui il muggine “che nell’Adriatico comincia a essere bello grasso nell’agosto”, gli spaghetti e i risotti con arselle, telline e “*peocci* (cozze nere, muscoli) come a Venezia”. Ma, per quanto riguarda il pesce, ciò che differenzia l’Artusi da tanti altri autori di ricettari a lui successivi è l’attenzione per le stagioni del pesce. La sezione dedicata ai piatti di pesce incomincia infatti con un paragrafo riguardante la “qualità e stagione dei pesci”, in cui l’autore indica il mese o il periodo in cui le carni sono “ottime”, “adatte” o “migliori”.

Natura morta (particolare) di Nicola Levoli, 1728-1801 (Museo della Città di Rimini)



L'Artusi tra cacciucchi e brodetti

Cacciucco! Lasciatemi far due chiacchiere su questa parola la quale forse non è intesa che in Toscana e sulle spiagge del Mediterraneo, per la ragione che ne' paesi che costeggiano l'Adriatico è sostituita dalla voce brodetto.

A Firenze, invece, il brodetto è una minestra che s'usa per Pasqua d'uova, cioè una zuppa di pane in brodo, legata con uova frullate e agro di limone.

La confusione di questi e simili termini fra provincia e provincia, in Italia, è tale che poco manca a formare una seconda Babele. Dopo l'unità della patria mi sembrava logica conseguenza il pensare all'unità della lingua parlata, che pochi curano e molti osteggiano, forse per un falso amor proprio e forse anche per la lunga e inveterata consuetudine ai propri dialetti.

Tornando al cacciucco, dirò che questo, naturalmente è un piatto in uso più che altrove nei porti di mare, ove il pesce si trova fresco e delle specie occorrenti al bisogno.

Ogni pescivendolo è in grado di indicarvi le qualità che meglio si addicono a un buon cacciucco; ma buono quanto si voglia, è sempre un cibo assai grave e bisogna guardarsi dal farne una scorpacciata.

Pellegrino Artusi, 1891

Alcune note

Innumerevoli sono le specie ittiche che si pescano o allevano nei mari e nelle lagune italiane. Altrettanto differenti sono i **nomi locali e dialettali**, ossia i nomi con cui il pesce o mollusco o crostaceo che sia è conosciuto a livello locale. Esiste poi una denominazione commerciale nazionale e europea ufficiale e una scientifica valida in tutto il mondo. In relazione alle finalità di questo lavoro si è ritenuto opportuno utilizzare uno dei nomi locali in uso, a volte italianizzando quello dialettale (es. poveraccia, mazòla, ecc.), e comunque nelle singole specie è sempre riportato anche il nome scientifico.

Non è casuale la scelta di utilizzare il **singolare** o il **plurale** per le diverse specie trattate. Nel caso infatti che il nome italiano si riferisca ad un'unica specie si è scelto il singolare (es. cozza, poveraccia, sardone, ecc.). Con il plurale (es. garagoli, scrigni di venere, suri, ecc.) si identificano invece una serie di specie, quasi sempre appartenenti allo stesso genere, normalmente difficilmente riconoscibili dai non addetti ai lavori. Non è detto però che il sapore sia lo stesso e quindi si è ritenuto opportuno all'interno della singola scheda, se necessario, evidenziare anche le differenze.

Nei sei **mercati ittici** all'ingrosso dell'Emilia-Romagna (Goro, Porto Garibaldi, Marina di Ravenna, Cesenatico, Rimini e Cattolica) vengono commercializzate un centinaio di diverse specie ittiche pescate nelle acque antistanti la costa. La biodiversità è senza dubbio un carattere importante dell'Adriatico, una ricchezza biologica che si è trasformata nei secoli in ricchezza gastronomica, fatta di centinaia di ricette e *divagazioni* culinarie di altissimo livello.

Quando si parla di **stagionalità** del prodotto ittico si possono creare dei fraintendimenti, anche tra pescatori, cuochi, gastronomi o esperti. Esiste infatti un ciclo stagionale per quanto riguarda l'abbondanza del pescato, legato al reclutamento di novellame e ai tempi di crescita, alle migrazioni costa-largo, alla concentrazione in determinate aree. Un tempo gli effetti sulla pesca di questa ciclicità erano più evidenti, in relazione ai limitati mezzi pescherecci, effetti che comunque sono visibili ancora oggi. C'è poi un ciclo stagionale riguardante i caratteri nutrizionali e organolettici del prodotto ittico, legato alle trasformazioni a cui ogni singolo animale va incontro in relazione al ciclo riproduttivo e all'età. A riguardo è evidente che ancora oggi questa ciclicità rimane immutata, ossia esiste effettivamente una variabilità nella qualità e nei sapori, diversa da specie a specie. Circa queste due *dimensioni* della ciclicità, esemplificativo è il caso della seppia. Quando adulta, è sicuramente migliore e tradizionalmente più abbondante nella stagione primaverile. D'autunno invece sono abbondanti le forme giovanili, i seppiolini che cucinati arrosto o in brodetto sono una rinomata delizia. In questo lavoro si è privilegiato l'aspetto qualitativo della stagionalità, non tralasciando però nelle singole schede di evidenziare altre peculiarità.

Le specie

Molluschi

Per conservare alcun poco i molluschi a conchiglia bivalve, vanno tenuti in luogo fresco, legati assai stretti in un sacchetto o in un canovaccio.

Pellegrino Artusi, 1891

Cozza

Tra i molluschi eduli bivalvi debbono in prima linea porre le ostriche e i mitili; le prime per essere prelibati e ricercati molluschi, i secondi per costituire un cibo di consumo popolare.



Gustavo Brunelli, 1931

Il mitilo o cozza (*Mytilus galloprovincialis*) è un mollusco bivalve, con conchiglia allungata, esternamente di colore nero e internamente madreperlacea. Specie bentonica diffusa in tutto il Mediterraneo e nell'Atlantico settentrionale; in Adriatico raggiunge i 4-6 centimetri di lunghezza in 12 mesi, la taglia massima è di circa 10 centimetri. Vive attaccato a scogli o supporti di diverso tipo, a cui aderisce per mezzo del bisso, un tessuto fibroso prodotto da un'apposita ghiandola.

È un organismo filtratore che si nutre principalmente di fitoplancton e materiale organico. La maturità sessuale viene raggiunta al primo anno di vita: si riproduce tutto l'anno con picchi primaverili e autunnali. La specie ha sessi separati, la fecondazione è esterna, uova e larve sono planctoniche.

Tradizionalmente veniva **pescato** su banchi naturali o **allevato** in aree lagunari.

Oggi invece gran parte della produzione si ottiene con l'allevamento in mare aperto utilizzando impianti semi-galleggianti. Significativa è ancora oggi la pesca su banchi naturali, che siano vere e proprie scogliere sottomarine o le strutture immerse delle piattaforme per l'estrazione metanifera.

La **stagione** in cui le carni sono migliori è quella primavera-estiva, da maggio ad agosto.

Garagoli

Piede di pellicano, garagolo. Vive in popolazioni numerose. Ottimi lessati o in umido.

Quondamatteo & Bellosi, 1977



I garagoli (*Aporrhais spp*) sono forse i gasteropodi dalla forma più curiosa rinvenibile nei nostri mari; la conchiglia è caratterizzata da digitazioni da cui deriva il nome volgare di *piede di pellicano*. I garagoli sono abbondanti e diffusi in tutto il Mediterraneo; nel medio e alto Adriatico è molto frequente tra 10 e 40 metri di profondità. La conchiglia raggiunge le dimensioni massima di circa 5 centimetri, la colorazione del mollusco può essere gialla, crema o marrone. La specie è a sessi separati i maschi sono dotati di organo copulatore, la riproduzione avviene in luglio-agosto, lo sviluppo è indiretto con la formazione di una larva planctonica. L'alimentazione è detritivora, basandosi principalmente su residui organici e diatomee bentoniche presenti sui fondali.

Si **pesca** con reti a strascico o ramponi, soprattutto nei mesi primaverili quando la specie esce dal sedimento per riprodursi.

La **stagione** in cui le carni sono migliori è quella primaverile, da marzo a maggio.

Lumachino

Poiché bisogna, per mangiarli, aspirare con decisione, non sono consigliabili ai pranzi ufficiali o di corte.

Quondamatteo & Bellosi, 1977



Il lumachino di mare (*Nassarius mutabilis*) è un piccolo gasteropode, che può raggiungere i 3,5-4 centimetri. La taglia minima del prodotto commerciale è di 2 centimetri. La conchiglia è globosa ad andamento spiraliforme, con apertura di forma semicircolare; una parte del labbro è dentellata e il canale sifonale molto ampio. La superficie esterna è liscia, contraddistinta da una colorazione giallastra con striature irregolari più scure di colore bruno-rossastre. Diffuso in tutto il Mediterraneo nei fondali di tipo sabbiosi-fangosi a profondità comprese tra i 2 e 15 metri, è particolarmente abbondante nell'Adriatico centro-settentrionale. Di giorno vive infossato lasciando sporgere verso l'esterno il sifone e le antenne sensoriali utilizzate per la ricerca del cibo, mentre nelle ore notturne è solito procurarsi il cibo strisciando sul piede. È un detritivoro, che si nutre prevalentemente di carne. Ha sessi separati e la riproduzione avviene tra la fine dell'inverno e l'inizio della primavera; la fecondazione è interna e le uova dopo un primo stadio di sviluppo vengono deposte in capsule ovigere attaccate ad un substrato solido come rami sommersi, conchiglie e pietre.

La **pesca** del lumachino si concentra lungo la costa dell'Adriatico settentrionale, ed è svolta con attrezzi da posta fissi, ossia con dei piccoli cesti di rete con struttura metallica. Sfruttando la biologia del lumachino, che è un animale carnivoro e necrofago, i pescatori sono soliti porre all'interno come esca pesce azzurro, cefali o altro. Da qualche anno, l'attività di pesca è sospesa nel periodo estivo, un "riposo biologico" per consentire una miglior crescita/sopravvivenza a giovanili e adulti. I cestini vengono fissati su un cavo ad una distanza variabile da 5 a 10 metri l'uno dall'altro a formare dei filari di 20 – 30 trappole. L'innesco con esca nuova e il controllo per prelevare il pescato avvengono contemporaneamente, di norma ogni 24-48 ore.

La **stagione** in cui le carni sono migliori è quella inverno-primaverile, da gennaio a maggio.

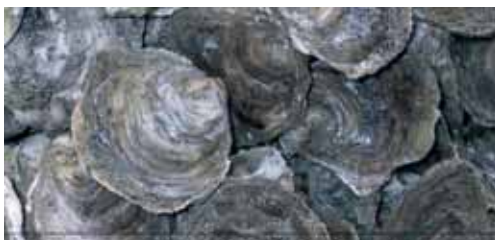
Ostrica

... nei luoghi di ostricoltura si raccoglie dall'ottobre all'aprile.

Pellegrino Artusi, 1891

I nostri pescatori le ignoravano – perché avevano il “latte” – nei quattro mesi di maggio, giugno, luglio e agosto.

Quondamatteo & Bellosi, 1977



L'ostrica piatta (*Ostrea edulis*) è un mollusco bivalve, che vive su fondi detritici o rocciosi della fascia costiera, fissandosi sulla roccia o su un qualche frammento, organico o inorganico, con la valva destra. E' presente in tutto il bacino del Mediterraneo e lungo la costa atlantica nord-orientale, dalla Norvegia al Marocco. Specie ermafrodita insufficiente, ossia un singolo organismo produce al primo ciclo gameti maschili, poi femminili, e questi ultimi vengono fecondati internamente da gameti maschili di altri individui. Le gonadi raggiungono la maturità quando la temperatura dell'acqua raggiunge circa 16 °C, ossia nell'alto Adriatico in aprile-maggio. Quando all'interno della conchiglia sono presenti le uova fecondate, comunemente si dice che l'ostrica ha il “latte”, e in quel periodo non è molto buona da mangiare. Le larve vengono poi emesse e cominciano la seconda fase di sviluppo, che è pelagica e dura circa due settimane. Successivamente la larva metamorfosa e necessita di un substrato rigido per “attecchire”. In alto Adriatico i picchi d'insediamento bentonico si riscontrano in maggio-giugno. L'accrescimento è relativamente rapido nei primi diciotto mesi, in cui l'individuo raggiunge circa 6 centimetri di lunghezza conchigliare e circa 50 grammi di peso complessivo.

L'ostrica piatta è stata storicamente oggetto di **pesca ed allevamento**, in tutti i paesi in cui è diffusa. Negli ultimi decenni, lungo la fascia adriatica, periodicamente si registra la presenza, più o meno significativa, di banchi naturali di questo mollusco, il cui sfruttamento avviene in maniera episodica ed incontrollata, senza che fino ad ora si sia attuata un'adeguata politica di gestione. Incoraggianti risultati si sono ottenuti nell'allevamento e nell'affinamento di ostriche, provenienti da banchi naturali, presso gli impianti semiflottanti presenti lungo le coste adriatiche.

La **stagione** in cui le carni sono migliori è quella che va da ottobre ad aprile.

Poveraccia

Panzini dice che poveraccia deriverebbe dal romagnolo pavaraza, figlia, a sua volta, del latino medievale pavaraccia ... Marino Moretti ha scritto, di recente, "poverazza". Chi la chiama vongola, dunque, sbaglia di grosso.

Quondamatteo & Bellosi, 1977

E' buona da mangiare soltanto nei mesi dell'erre, quindi da febbraio ad aprile e da settembre a dicembre.

Lorenzo Camusso, 1950



La poveraccia o vongola (*Chamelea gallina*) è un mollusco bivalve, con conchiglia tondeggianti schiacciata; esternamente di colore grigio-sabbia, internamente bianca. L'animale è dotato di due sifoni, inalante ed esalante. Specie bentonica diffusa in tutto il Mediterraneo e nell'Atlantico nord-orientale, in Adriatico raggiunge 1,5 centimetri di lunghezza in 12 mesi; la taglia massima è di circa 5 centimetri.

Vive infossato per qualche centimetro su fondi costieri sabbiosi o sabbioso-fangosi, dalla riva fino a profondità di circa 15 metri. E' un organismo filtratore, si nutre principalmente di fitoplancton e materiale organico. La maturità sessuale viene raggiunta al secondo anno di vita; si riproduce in primavera. La specie ha sessi separati, la fecondazione è esterna, uova e larve sono planctoniche.

La **pesca** delle vongole è una pratica antica sulle coste dell'Adriatico, svolta un tempo con rudimentali attrezzi a mano. A partire dalla fine degli anni sessanta si è diffuso l'utilizzo della draga idraulica. L'attrezzo, una gabbia metallica di circa tre metri di larghezza per 600 chilogrammi di peso, viene trainato a marcia indietro dall'imbarcazione.

La **stagione** in cui le carni sono migliori è quella autunno-invernale, da novembre a marzo.

Scrigni di venera



Gli scrigni di venera o scafarche (*Scapharca spp*) sono molluschi bivalvi originari dell'Indo-Pacifico, pertanto sono specie alloctone giunte nell'alto Adriatico molto probabilmente tramite le acque di zavorra delle navi. Trovando condizioni ambientali favorevoli al loro sviluppo, si sono naturalizzate in maniera eccezionale in questi anni. I primi rinvenimenti sulle spiagge del ravennate risalgono alla fine degli anni '60 e agli inizi del '70.

Lo scrigno di venera si può ritrovare anche vicino alla riva, ma il suo habitat più comune è in una fascia compresa tra gli 8 e i 15 metri di profondità. Il mollusco ha la capacità di emettere il bisso con il quale si attacca ai granelli di sabbia grossolana. Caratteristica peculiare è quella di possedere un "sangue" rosso simile a quello dei vertebrati, capace di legare con facilità l'ossigeno disciolto in acqua.

Da qualche anno viene **pescato** sia con le draghe idrauliche che con i ramponi, anche se lo sfruttamento commerciale è solo agli inizi. Buoni risultati si sono ottenuti nella trasformazione del prodotto ossia nella separazione della carne mediante processo industriale.

La **stagione** in cui le carni sono migliori è quella autunno-invernale, da novembre a marzo.

Seppia

La sipa delfinada (*seppia delfinata*), è la seppia decapitata dai delfini, che sono golosi solo della testa. Un tempo venivano raccolte dai bambini e dagli anziani lungo la riva, perché quelle fresche erano, e sono, ancora ottime da mangiare.



La seppia (*Sepia officinalis*) è un mollusco cefalopode, dotato di un voluminoso osso, che ha una funzione strutturale e una meno conosciuta legata all'immersione. L'osso è infatti cavo e, a seconda che l'animale vi immetta gas o liquidi, cambia la capacità di galleggiamento. E' diffusa in tutto il Mediterraneo, nell'Oceano Atlantico Orientale, nel mar Baltico fino alla latitudine di circa 17° N, In Mediterraneo la taglia massima (lunghezza del dorso) è di 30 centimetri. Specie demersale costiera, abbondante nella fascia batimetria 0-50 metri, su fondi sabbiosi e fangosi. Predatore attivo, specialmente nelle ore notturne, di giorno sta frequentemente insabbiata. Il ciclo si sviluppa in uno

o due anni, raramente tre. La riproduzione avviene in primavera, quando gli esemplari maturi lasciano le acque profonde e si avvicinano ai fondali sabbiosi e fangosi della costa per accoppiarsi. Le uova fecondate, simili a un grappolo d'uva con acini scuri, vengono immediatamente deposte su un supporto rigido (rami, corde o altri supporti di forma simile). Il periodo di incubazione oscilla, a seconda della temperatura e di altri fattori ambientali e fisiologici, tra i 30 e i 90 giorni. Alla schiusa gli individui misurano circa 10 millimetri, sono autonomi e adottano fin da subito le stesse modalità di vita degli adulti.

La seppia è uno dei cefalopodi più importanti delle attività di **pesca** italiane. Nell'alto Adriatico in particolare la seppia viene pescata con reti a strascico e con attrezzi da posta (nasse, bertovelli, tramaglio). Malgrado il calo produttivo registrato negli ultimi anni, la seppia rappresenta ancora una parte significativa dello sbarcato per la pesca con attrezzi da posta e circa il 20% del pescato annuale per la pesca a strascico.

La **stagione** in cui le carni sono migliori è quella primaverile, da marzo a giugno. Da non dimenticare che in autunno normalmente sono molto abbondanti i seppiolini.

La pesca delle poveracce con la battana

Vidi più di una volta a settembre uscire per le poveracce le piccole battane, tutte nere, rimaste a cuocere nel sole durante l'estate a pancia all'insù e che ora il calafato a rimesso in ordine ... Vi salgono in tre, solitamente un uomo e due ragazzi. A forza di remi la portano a qualche centinaio di metri dalla costa; qui buttano l'ancora, una grossa ancora di ferro a quattro marre, la corda dell'ancora è legata a un verricello, un'altra corda finisce a un gavitello di sugheri con una banderuola nera che indica il luogo dove l'ancora ha dato fondo.

La barca si allontana dall'ancora per quando lo permette la lunghezza del cavo – forse duecento metri – allora i due ragazzi si mettono al verricello e l'uomo butta in acqua il palo con la cesta (ad un lungo palo è applicata una cesta di ferro, dalle fitte pareti di rete metallica, aperta da un lato).

Strisciando sul fondo e sprofondando la cesta raccoglie poveracce e sabbia, che poi per il movimento dell'acqua riesce. Tirata dal cavo che si avvolge al verricello la barca ritorna fin sopra l'ancora. Si issa la cesta entrobordo, rovesciandone il carico nella barca, e si ricomincia da un'altra parte, e così di seguito, avanti e indietro, come i tanti raggi di una ruota, intorno all'ancora. ... E' un lavoro faticoso. Poi le donne vendono le poveracce al mercato o alla fabbrica delle conserve: vanno a piedi con il carico, un sacco di settanta o ottanta chili sul manubrio della bicicletta.

Così alcune di loro salivano fino a San Marino, perché lì si vendevano, prima della guerra, a dieci centesimi il chilo più che altrove.

Lorenzo Camusso, 1950

La pesca delle poveracce; primi anni '50 del Novecento (Archivio fotografico, Centro Culturale Polivalente di Cattolica)



Crostacei

I marinai dicono che, i crostacei e i ricci di mare, sono più pieni pescati durante il chiaro di luna.

Pellegrino Artusi, 1891

Canocchia

E' un crostaceo sempre gustoso a mangiarsi; ma migliore assai quando in certi mesi dell'anno, dalla metà di febbraio all'aprile, è più polputo del solito, e racchiude allora un cannelo rosso lungo il dorso, detto volgarmente cera o corallo, il quale non è altro che il ricettacolo delle uova di quel pesce.

Pellegrino Artusi, 1894



La canocchia (*Squilla mantis*) è un crostaceo di medie dimensioni, che può raggiungere una lunghezza di 20 centimetri, ma solitamente è compresa tra i 12 e 18 centimetri. E' ampiamente distribuita in tutto il Mediterraneo e nell'Atlantico, lungo la costa dell'Africa fino all'Angola. Nei mari italiani è presente un po' ovunque, ma viene catturata principalmente nell'alto e medio Adriatico. Caratteristico è il telson, ossia l'ultimo segmento del corpo, molto ampio dotato di spine e dentelli con due caratteristiche macchie violacee rotondeggianti, circondate da un anello di colore bianco; due macchie che simulano gli occhi. La canocchia conduce vita solitaria e abita quasi esclusivamente fondali sabbiosi e fangosi a profondità compresa tra i 20 e 200 metri. Costruisce nel sedimento una galleria a forma di U con due aperture dove trascorre la maggior parte delle ore, lascia la tana solo in casi di forti mareggiate e nelle ore notturne quando va alla ricerca del cibo nonché nei periodi riproduttivi. E' un animale carnivoro, si nutre principalmente di piccoli molluschi, anellidi (policheti) e pesci che tramortisce con movimenti fulminei. Ha sessi separati, la fecondazione è interna e avviene nel tardo inverno primavera. Il maschio si distingue dalla femmina per la presenza di due appendici filamentose situate alla base del terzo paio di "zampette". Le uova fecondate vengono deposte in un ammasso gelatinoso che la femmina tiene attaccato ai massilipedi facendole ossigenare, muovendole continuamente.

Nella **pesca** italiana la canocchia è il crostaceo più importante, in termini quantitativi, soprattutto in Adriatico, dove trova le condizioni ambientali più favorevoli. Viene pescata tutto l'anno, specialmente nel periodo autunno-inverno, con le reti a strascico. Con le reti da posta invece la si pesca soprattutto nel periodo estivo e autunnale. L'attività di pesca è particolarmente fruttuosa soprattutto nelle ore notturne o subito dopo una mareggiata.

La **stagione** in cui le carni sono migliori è quella invernale, da dicembre a marzo.

Grancella

I pescatori chiamano indistintamente grènz da lèrgh tutte le specie, [anche se poi di ognuno conoscono vizi e virtù]. Molti di questi granchi si mangiavano lessati o in umido [e di questi si possono fare gustosi spiedini].



Quondamatteo & Bellosi, 1977

La grancella (*Liocarcinus depurator*) è un crostaceo decapode, ossia con dieci "zampe". Le anteriori sono trasformate in chele allungate e robuste, la coppia posteriore è invece modificata, con due articolazioni piatte, azzurrognole, adatte al nuoto. Sono animali che con estrema facilità, in caso di pericolo, si insabbiano. Oltre che nel Mediterraneo, la specie è presente lungo le coste atlantiche intorno allo stretto di Gibilterra. È un granchio molto comune nei fondali marini sabbiosi e fangosi. Il carapace è appiattito, a forma di cuore con margine frontale dentellato, con larghezza di 3-5 centimetri. Il colore del dorso è brunastro-rosso, le zampe hanno un colore più acceso, il ventre è bianco.

In Adriatico è specie di interesse commerciale, che si **pesca** quasi esclusivamente con reti a strascico.

La **stagione** in cui le carni sono migliori è quella autunno-invernale, da novembre a marzo.

Pesci, molluschi e crostacei di Romagna

Quando sul far della sera i trabaccoli ballonzolano verso i porti-canale scavalcando il dorso delle onde con balzi delfineschi, e contro le vele latine, gonfie come frutti maturi, tambureggiano i terzaroli, il "parznévil" da un giro di chiave al portone della ghiacciaia e s'avvia verso il molo.

... Ed ecco il bel pesce fresco ammucciato sui panconi di pietra della peschiera, ecco le sogliole piatte e grassocce, le triglie paonazze come monsignori, gli sgombri dignitosi e composti; ecco vicino alle stadere romane, la bianca e nera grumosità delle seppioline prelibate; ecco i ghiottissimi, occhialuti calamaretti, il sampietro dai teneri filetti, il pesce-spada col suo musetto a stile, verde e affilato; ecco ancora il polputo gò, la sogliolina acerba, il paganello e l'anguilla, sovrani delle frittture e dei brodetti; ed ecco infine, sopra tutti i banconi, presso tutte le bilance, ecco le sardelle blù, lucenti, dal gusto piccante, il pesce di tutte le cene della Romagna costiera.

Ecco poi le canocchie, non meno alla buona delle sardelle, ma di esse un poco più di capriccio; ecco la universale "rungàja", la minutaglia vile che non costa nulla, pesciolini più piccoli ancora dei "mursiòn", che friggeranno nelle padelle d'ogni tugurio.

A Napoli per la povera gente c'è la frutta; in Romagna la frutta appartiene all'industria che la spedisce all'estero confezionata nelle bomboniere da confetteria di Massalombarda – il giardino delle Esperidi ravennate – e alla povera gente non resta che la "rungàja".

Ezio Camuncoli, 1928

"Pesce povero": occhialoni, sgombri, galere (da sinistra a destra); a cui si aggiungono con un paio di piccoli naselli (centrali)



Pesce bianco

Tutto il pesce bianco veniva "curato" u i si caveva e past (si estraevano le interiora).

E past veniva tolto con le mani già sul battello. La cura del pesce andava fatta con velocità per prevenire la facile decomposizione di alcune sue parti.

Al rosli, o barbùn (alle triglie) occorreva togliere subito anche le scaglie.

Anonimo, 1994

Mazòla

Molto buoni nel suo brodo, i pasadéin [pas-satelli]

Quondamatteo & Bellosi, 1977



La mazòla, conosciuta anche come gallinella o cappone (*Trigla lucerna*) è un pesce osseo appartenente alla famiglia dei Triglidi, di cui è il più grande. Come tutte le altre specie della famiglia (angioletto, pesce turco, cincinello) presenta un corpo affusolato e compresso, un grosso capo triangolare corazzato da placche ossee. È rossastra-bruna, talvolta screziata sul dorso, da dorata a bianca ventralmente. Le pinne dorsali sono due, la prima munita di raggi spinosi, l'altra più lunga con raggi molli. Le ampie pinne pettorali a ventaglio, di colore viola-blu acceso, hanno i primi tre raggi liberi. Queste appendici munite di organi gustativi permettono all'animale di camminare sul fondo. Diffusa nel Mediterraneo, nel Mar Nero e in Atlantico orientale dalla Norvegia al Senegal, vive lungo le coste su fondali sabbiosi e melmosi ma anche lungo le coste rocciose a profondità entro i 200 metri. La sua abbondanza aumenta lungo le coste interessate da apporti fluviali. Queste costituiscono importanti aree di nursery per la specie. Ha un ciclo vitale lungo, potendo vivere per 13-14 anni.

La riproduzione avviene dall'inizio dell'inverno alla fine della primavera. I giovanili vivono bene anche in acque a salinità variabile. Giovanili e adulti sono predatori e detritivori, con una dieta abbastanza varia.

La mazòla è la specie di triglide più importante per la **pesca** italiana. Viene pescata sia con reti a strascico sia con reti d'imbocco e tramagli. In Adriatico è particolarmente abbondante soprattutto nel periodo autunnale, quando si pescano grandi quantità di giovanili. In questa stagione è anche oggetto di pesca sportiva nella fascia costiera, con lenze sul fondo.

La **stagione** in cui le carni sono migliori è quella autunno-invernale, da settembre a febbraio.

Molo

[Buono e facilmente digeribile] Il pesce per l'alimentazione dei bambini, vecchi e malati. Molto ambite al cupini, le uova.

Quondamatteo & Bellosi, 1977



Il molo (*Merlangius merlangus*) è un pesce appartenente all'ordine dei Gadiformi, lo stesso del nasello (*Merluccius merluccius*) e della mormora (*Trisopterus minutus capelanus*). Ha corpo snello, affusolato, ricoperto di squame piccole e poco visibili, per la copertura di un muco secreto dalla pelle. La testa è lunga appuntita, l'occhio è relativamente grande, tre sono le pinne dorsali, la codale ha margine libero troncato. Si riconosce facilmente dal merluzzo per la presenza di bargigli, mentre rispetto alla mormora, il molo ha bargigli più corti e corpo più affusolato. Può raggiungere i 50 centimetri, anche se comune è intorno i 15-25 centimetri. È diffuso nell'Atlantico settentrionale, mentre in Mediterraneo si ritrova in Adriatico e Mar Nero. È una specie stanziale in acque poco profonde, vive sia in vicinanza del fondo che negli strati intermedi o superficiali. Tra i gadidi è quello ritenuto più pelagico. La riproduzione inizia in gennaio e si prolunga fino a settembre, a profondità variabili tra i 40 e gli 80 metri. Si nutre principalmente di crostacei e di pesci.

La **pesca** si svolge con reti a strascico ed è tipicamente centro-nord adriatica.

La **stagione** in cui le carni sono migliori è inverno-primaverile, da dicembre a maggio.

Occhialone

Di gustoso sapore amarognolo (vicino alla testa), è ottimo arrosto, ma occorre fare attenzione alle numerose spine.

Quondamatteo & Bellosi, 1977



L'occhialone o pagello fragolino (*Pagellus erithrinus*), conosciuto anche come pagello fragolino è una specie appartenente alla famiglia degli Sparidi. E' presente in tutto il Mediterraneo e vive sia su fondi misti di scogli, sassi e detriti, sia su quelli fangoso-arenosi, a profondità comprese fra i 10 e 300 metri. Il corpo del fragolino si presenta allungato, di forma ovale e compresso lateralmente; la testa non è molto grande e il muso è appuntito. La pinna dorsale è unica, formata anteriormente da raggi spinosi e posteriormente da raggi molli. La pinna caudale è forcuta a lobi eguali e coperta di scaglie alla base mentre le pettorali sono triangolari e lunghe. La colorazione è rosa brillante con piccole macchie blu sparse sulla parte superiore dei fianchi; è presente una macchia sulla base delle pettorali. Le dimensioni raggiungono nel Mediterraneo una lunghezza massima di 50 centimetri, ma è comune con una taglia compresa fra i 10-30 centimetri. È una specie ermafrodita, con esemplari che sono prima femmine ed in seguito diventano maschi, a partire dal terzo anno di età, corrispondente ad una taglia di 17 – 18 centimetri. La riproduzione avviene nei mesi primaverili ed in autunno. Le uova sono pelagiche e galleggianti.

Viene **pescato** con le reti a strascico dei motopescherecci su fondali sabbiosi e fangosi ma occasionalmente anche con le reti da traino pelagico (volanti); in alcune marinerie lo si pesca anche con reti d'imbrocco. La **stagione** in cui le carni sono migliori è quella autunno-invernale, da ottobre a marzo.

Paganelli

Il nome – secondo la leggenda – gli deriverebbe dal fatto che messi Sant'Antonio da Padova, fra il 1221 e il 1223, a predicare ai pesci alle foci del Marecchia (poiché gli uomini non lo ascoltavano), questo ghiozzo fu l'unico pesce che non volle ascoltare il santo.

Quondamatteo & Bellosi, 1977



I paganelli (*Gobius spp*) sono pesci ossei appartenenti alla famiglia dei Gobidi. Sono pesci di modeste dimensioni, che raggiungono una lunghezza massima di 15 centimetri. Hanno un corpo cilindrico, moderatamente allungato; guance rigonfie e grosse labbra, occhi grandi posti in alto sul capo, adattamento che gli permette di insabbiarsi quasi completamente per aspettare la preda.

Sono pesci privi di vescica natatoria, con una pinna pelvica che ha funzione di ventosa. Le pinne dorsali sono due: la prima, triangolare, è munita di raggi spiniformi duri, la seconda, staccata, è costituita da raggi spiniformi molli; la pinna caudale è arrotondata con margine superiore più o meno convesso. Vivono a modeste profondità su fondali melmosi provvisti di vegetazione, si trovano comunemente in prossimità dei porti e delle scogliere artificiali e penetrano spesso all'interno delle lagune, tollerando bene gli sbalzi di salinità.

La riproduzione avviene sotto costa nel periodo primaverile. Le uova vengono deposte in tane più o meno profonde. I giovani trascorrono i primi mesi in acque basse e poi si trasferiscono in acque più profonde. La **pesca** avviene con reti a strascico, occasionalmente con nasse e cestini. Sono oggetto di pesca sportiva con canna dalle dighe foranee e dai moli dei porti. Il paganello è la più comune preda dei pescatori sportivi, che affollano le scogliere e i moli nel periodo primaverile, pescandolo con la lenza sul fondo.

La **stagione** in cui le carni sono migliori è quella primaverile, da marzo a giugno.

Suri

E' chiamato anche sgombro bastardo. Si distingue dallo sgombro per il colore e le due coste spinose che ha ai fianchi. E' ottimo.

Quondamatteo & Bellosi, 1977



I suri, sugarelli o spighette (*Trachurus spp*) appartengono alla famiglia dei Carangidi, la stessa delle ricciole, e sono molto comuni nel Mediterraneo (nella foto sono quelli in alto, di colore argenteo-verde, mentre in basso ci sono delle mazòle e uno sgombro). Queste specie possono raggiungere la lunghezza di 60 centimetri, ma generalmente sono comuni tra i 15 e 30 centimetri. Il corpo è compresso lateralmente e allungato. La parte superiore del corpo e della testa varia dal nero al grigio e dal verde al bluastro; la parte inferiore è generalmente più chiara, biancastra o argentata. Un carattere distintivo è la presenza di una piccola macchia nera sul bordo dell'opercolo nel suo angolo superiore.

Si riunisce in banchi che si spostano con gran rapidità alla ricerca del nutrimento. Si riscontra comunemente ad una profondità compresa tra 10 e 500 metri; in generale, in inverno si allontana dalla costa e scende a profondità superiori a 500 metri, al contrario nei mesi primaverili ed estivi, si trova in vicinanza dalla costa.

Si riproduce durante tutto l'anno ma con maggiore intensità nel periodo primaverile-estivo. Gli stadi giovanili si radunano in piccoli gruppi di 7-10 individui e nuotano sotto l'ombrello di grosse meduse. I giovani in primavera ed in estate tendono a concentrarsi sotto costa. È un vorace predatore che si ciba di crostacei e piccoli pesci che preda indistintamente senza particolari preferenze.

Nell'alto Adriatico si **pesca** principalmente con reti a strascico e volante o con reti da posta. Più a sud lo si pesca anche con reti da circuizione, utilizzando di notte per attirarli una fonte luminosa. E' preda ambita anche dai pescatori sportivi che lo pescano dalla fine dell'estate all'autunno, con la lenza sul fondo.

La **stagione** in cui le carni sono migliori è quella primaverile-estiva, da aprile a settembre.

Triglia

E' uno dei pesci più caratteristici delle pesche mediterranee, per gli splendidi colori, che resero celebri le triglie nei fasti gastronomici. Si pesca con le reti a strascico e coi tramagli. A differenza di altri pesci le triglie sono buone in tutte le stagioni, secondo il proverbio veneziano: "Tria o barbon, non perde mai stagion"

Gustavo Brunelli, 1931



La triglia (*Mullus barbatus*) è un pesce osseo ascrivito alla famiglia dei Mullidi. Specie bentonica, frequenta prevalentemente fondi fangosi, a profondità comprese tra 5 e 250 metri. Diffusa in tutto il bacino mediterraneo, incluse le acque del Mar Nero e quelle dell'Oceano Atlantico, dalle coste inglesi fino al Senegal. Ha un corpo oblungo leggermente compresso, con muso corto dal profilo verticale; l'occhio è posto presso il profilo superiore del capo. Sotto la mandibola si trovano un paio di barbighi a funzione tattile e olfattiva, che l'animale utilizza per localizzare le prede. I barbighi in fase di riposo possono essere retratti in un solco, posto sotto la mandibola. Le pinne sono prive di colorazione; due sono le pinne dorsali separate, l'anale si trova sotto la seconda dorsale, la caudale è forcuta con lobi uguali, le pettorali sono ben sviluppate e inferiormente si trovano le ventrali. La specie è a sessi separati, generalmente le femmine sono più grandi dei maschi. La riproduzione avviene nel periodo aprile-luglio, di solito a decine di miglia dalla costa, su fondi di natura sabbiosa o fangosa dove gli adulti migrano, quando la temperatura dell'acqua sotto costa diviene troppo bassa. Gli stadi larvali e post-larvali conducono una vita pelagica e già a partire da 4,5 millimetri hanno una colorazione azzurra, tipica dei pelagici. Nel periodo successivo si avvicinano sotto costa e assumono abitudini demersali, cambiando gradatamente colorazione. Passano dapprima a una livrea verde, per poi assumere quella rossiccia tipica degli adulti. La specie è carnivora e si nutre di crostacei, policheti, piccoli echinodermi e pesci.

La triglia viene **pescata** principalmente con le reti a strascico, per tutto l'arco dell'anno, con un picco molto accentuato in autunno.

La triglia, a differenza di altri pesci, mantiene in tutte le **stagioni** una buona qualità delle carni. I pescatori dicono comunque che la triglia migliore è quella che "va verso il largo", ossia quella che si pesca da settembre a dicembre.

Elogio della cottura dell'anguilla di Comacchio senza condimenti

La ragione per cui il pesce delle Valli di Comacchio è anche più sano di qualunque altro di pari natura è la semplicità col la quale viene preparato ed in tavola servito.

Sono i pesci della nostra laguna cucinati in Comacchio, nelle Valli specialmente, senza condimento, senza aromati, senza quello incitamento, e senza quell'arte che talvolta fa comparire il commestibile con un sapore non suo e ben lontano dall'essere salubre ed innocente all'individuo chi l'usa ...[l'anguilla in particolare di olio] ne ha soverchiamente abbastanza, ed ogni altro che se aggiunga riesce ultraneo, e la rende nauseante.

Se poi usasi altri aromati ed ingredienti di cucina, questi non servirebbero che ad alterare la naturale sua bontà, gusto e sapore invece di renderla migliore. Quindi convien concludere che chi vuole assaporare l'anguilla della nostra laguna e goderne la sua squisitezza deve mangiarla senza condimento alcuno.

Gaetano Farinelli, manoscritto sec. XIX (Biblioteca Comunale di Comacchio)



Pesce azzurro

Acciughe e sardine costituiscono uno dei prodotti più caratteristici e abbondanti dei nostri mari e assieme agli sgombri formano oggetto delle principali catture di pesce turchino, che è specialmente di superficie o di schiuma, come suol dirsi.

Gustavo Brunelli, 1931

Saraghina

Nell'Adriatico, specialmente nella costa romagnola e marchigiana, nei mesi invernali compare in grandi masse anche una terza specie, la papalina lunga sino a 10 centimetri al massimo, che rappresenta un pesce di consumo popolare e sostituisce da noi lo spratto del mare nordico.

Gustavo Brunelli, 1931



La saraghina o papalina o spratto (*Sprattus sprattus*) è diffusa in tutti i mari italiani, ma è abbondante solo in alto-medio Adriatico; appartiene alla famiglia dei Clupeidi. La saraghina presenta un corpo fusiforme, compresso lateralmente e simile alla sarda. Si differisce per l'opercolo liscio e non striato e per la posizione della pinna dorsale più spostata indietro. La bocca è discretamente grande la mascella inferiore prominente con profilo longitudinale tondeggiante. Presenta una sola pinna dorsale, l'anale è breve, la caudale è biforcuta, le pettorali brevi e le ventrali sono inserite in posizione poco anteriore della dorsale. La colorazione è tipica dei pelagici blu-verdastra dorsalmente mentre argentea sui fianchi e sul ventre; questa particolare colorazione rende l'animale invisibile ai predatori: così colorato, dall'alto si confonde con il blu del mare mentre dal basso si confonde con i riflessi della luce solare. È una specie gregaria e migratoria. Si riunisce in grandi banchi e si avvicina alla costa in superficie, specie nelle zone salmastre. Compie anche migrazioni verticali, restando in superficie durante i mesi freddi e in vicinanza del fondo durante quelli caldi. La riproduzione si ha durante i mesi freddi invernali. Si ciba di plancton e cerca il cibo durante il giorno, particolarmente di primo mattino e verso la sera.

Le tecniche di **pesca** adottate per la cattura sono diverse, quelle abituali sono le reti da pesca pelagiche: sia lo strascico, sia le reti da circuizione, mentre da riva vengono impiegate le sciabiche essendo lo spratto una specie che vive anche in acque salmastre.

La **stagione** in cui le carni sono migliori è tradizionalmente quella "quaresimale", da marzo ad aprile.

Sarda

Sarda o *sardella*. Buona sulla graticola, va mangiata a scotad é da o scotadent.

Quondamatteo & Bellosi, 1977



La sarda (*Sardina pilchardus*) è una specie pelagica, che appartiene alla famiglia dei Clupeidi. Conosciuta con diversi nomi dialettali la sardina è una specie diffusa in tutto il Mediterraneo. Presenta un corpo slanciato, affusolato e moderatamente compresso lateralmente, con sezione ovoidale. Il muso è acuto e le mascelle che terminano sotto l'occhio sono subeguali, con quella inferiore che sopravanza. La colorazione è quella tipica dei pelagici con dorso azzurro-verdastro, mentre per i fianchi si ha una colorazione dorata mentre il ventre è di un bianco-argento. Presenta un'unica pinna dorsale situata all'incirca a metà corpo, la pinna anale è spostata molto posteriormente rispetto alla dorsale, le ventrali sono di piccole dimensioni mentre la pinna caudale è biloba e rende questa specie un abile nuotatore. La lunghezza massima riportata è di 25 centimetri, sebbene sia comune intorno ai 15 centimetri. La sarda, come tutti i piccoli pelagici, ha abitudini gregarie e forma banchi di notevoli dimensioni mono o plurispecifici, che includono cioè individui della stessa specie o individui di taglie e specie diverse. Nel periodo autunno-inverno frequenta fondali a maggior profondità, fino a 180 m, mentre nel resto dell'anno è più comune sottocosta; di giorno si mantiene in genere in acque più profonde, spostandosi verso la superficie di notte. Si nutre di plancton sia animale che vegetale che cattura nelle ore serali. Ha sessi separati e la maturità viene raggiunta in genere a un anno di vita, a 10-20 centimetri: ogni femmina emette 50-60.000 uova del diametro di 1,5 millimetri. La riproduzione ha luogo sotto costa dall'autunno alla primavera; nel periodo febbraio-aprile è pertanto possibile trovare i giovanili che costituiscono il cosiddetto "bianchetto", pescato tradizionalmente nel golfo di Manfredonia (FG).

Nell'alto Adriatico la sarda viene **pescata** da diversi decenni essenzialmente con reti volanti, mentre in altre zone vengono utilizzate le reti a circuizione con attrazione luminosa, dette lampare. Negli anni '50 del Novecento era praticata la pesca con reti d'imbrocco, le "sardellare", che negli ultimi anni è stata in parte "riscoperta", soprattutto nelle zone del Delta del Po.

La **stagione** in cui le carni sono migliori è quella estivo-autunnale, da luglio a ottobre.

Sardone

La stagione migliore è il periodo gennaio-marzo. Due le qualità indigene: e' sardón da giorno (perchè pescato di giorno e nelle acque di terra), più chiaro e migliore de e' sardón da nòta, che si pesca in acque più lontane e nelle calate notturne. Se giovane si chiama bag é o sardunz é in.

Quondamatteo & Bellosi, 1977



Il sardone o acciuga (*Engraulis encrasicolus*) è un pesce pelagico appartenente alla famiglia degli Engraulidi. Diffuso in tutto il Mediterraneo e nell'Atlantico settentrionale; compie migrazioni stagionali. In autunno-inverno vive comunemente a maggiori profondità, mentre in Adriatico si sposta verso sud. Di piccole dimensioni, lungo comunemente 8-14 centimetri, ha corpo affusolato con sezione cilindrica. La pinna dorsale è unica e situata a metà del corpo. Il colore del dorso è verde-blu, mentre sono argentei i fianchi e il ventre. La sua alimentazione si basa sul plancton animale; la maturità sessuale viene raggiunta al primo anno di vita, quando raggiunge circa i 9 centimetri. Il periodo riproduttivo va da aprile a novembre, con un picco estivo; le uova sono planctoniche.

Nell'alto Adriatico anche questo piccolo pelagico viene **pescato** essenzialmente con reti volanti, mentre in altre zone vengono utilizzate le reti a circuizione con attrazione luminosa, dette lampare.

La **stagione** in cui le carni sono migliori è quella autunno-invernale, da novembre ad aprile.

La pesca del tonno a Cesenatico, una tradizione antica

In primavera in Adriatico, come in altri luoghi mediterranei, i tonni s'aggregano per la riproduzione. In questo periodo alcuni pescherecci di Cesenatico armano le reti da circuizione e prendono il largo per la pesca dei tonni.

L'Adriatico è un mare mutevole, che alterna annate favolose ad altre più misere, altalenanza che riguarda anche la pesca del tonno. La pesca del tonno lungo le coste adriatiche, è un'antica usanza; in Istria e nelle isole del Quarnero erano attive fino alla metà del Novecento alcune tonnare fisse.

Oggi invece questo pesce in Adriatico si pesca con le tonnare volanti o con gli ami.

Grossi motoscafi attrezzati per la pesca con i parangali fanno base per molti mesi nei porti marchigiani, abruzzesi e pugliesi, mentre altre barche lo catturano con grandi reti da circuizione, chiamate appunto tonnare volanti.

Tonni appena pescati da una barca di Cesenatico, nel 2005
(Foto Cooperativa Casa del Pescatore di Cesenatico)







Calendario ittico

I marinai dicono che quando il pesce è nella stagione migliore ed è quindi grasso, lo si può cucinare anche senza aggiungere olio.

Anonimo, 1994

Molluschi & Crostacei

gruppo commerciale	nome comune	genere	specie	mesi											
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Molluschi	cozza	<i>Mytilus</i>	<i>galloprovincialis</i>					*	*	*	*				
Molluschi	garagoli	<i>Aporrhais</i>	<i>spp</i>	*	*	*									
Molluschi	lumachino	<i>Nassarius</i>	<i>mutabilis</i>	*	*	*	*	*							
Molluschi	ostrica	<i>Ostrea</i>	<i>edulis</i>	*	*	*	*						*	*	*
Molluschi	poveraccia	<i>Chamelea</i>	<i>gallina</i>	*	*	*								*	*
Molluschi	scigno di venere	<i>Scapharca</i>	<i>spp</i>	*	*	*								*	*
Molluschi	seppia	<i>Sepia</i>	<i>offinialis</i>			*	*	*	*						
Crostacei	canocchia	<i>Squilla</i>	<i>mantis</i>	*	*	*								*	*
Crostacei	grancella	<i>Liocarcinus</i>	<i>depurator</i>	*	*	*								*	*

Pesce bianco & Pesce azzurro

gruppo commerciale	nome comune	genere	specie	mesi											
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Pesce bianco	mazòla	<i>Trigla</i>	<i>lucerna</i>	*	*							*	*	*	*
Pesce bianco	molo	<i>Merlangius</i>	<i>merlangus</i>	*	*	*	*	*					*	*	*
Pesce bianco	occhialone	<i>Pagellus</i>	<i>erythrinus</i>	*	*	*							*	*	*
Pesce bianco	paganelli	<i>Gobius</i>	<i>spp</i>			*	*	*	*						
Pesce bianco	suri	<i>Trachurus</i>	<i>spp</i>				*	*	*	*	*	*			
Pesce bianco	triglia	<i>Mullus</i>	<i>barbatus</i>									*	*	*	*
Pesce azzurro	saraghina	<i>Sprattus</i>	<i>sprattus</i>			*	*								
Pesce azzurro	sarda	<i>Sardina</i>	<i>philcardus</i>							*	*	*	*		
Pesce azzurro	sardone	<i>Engraulis</i>	<i>encrasi-cholus</i>	*	*	*	*							*	*



Informazioni al consumo

Il pesce, se è fresco, ha l'occhio vivace e lucido; lo ha pallido ed appannato se non è fresco. Un altro indizio della sua freschezza è il colore rosso delle branchie; ma queste potendo essere state colorite ad arte col sangue, toccatele con un dito e portatevelo al naso: l'odore vi farà da spia. Un altro carattere del pesce fresco è la sodezza delle carni, perché se sta molto nel ghiaccio diventa frollo e morbido al tatto.

Pellegrino Artusi, 1894

In generale, il giudizio sulla freschezza del pesce si basa su una valutazione sensoriale, e cioè visiva, olfattiva e tattile, di alcuni caratteri propri delle specie, come l'odore, il colore, la consistenza delle carni. Ci vuole un certo "allenamento" per stimare le variazioni di questi caratteri determinate dal passare del tempo e dai trattamenti subiti dagli animali: a questo scopo sono state create dagli esperti vere e proprie tabelle per alcuni gruppi di prodotti, utilizzate per definire categorie di freschezza: categoria Extra (pesce freschissimo) A, B e Non Ammesso, in cui via via ci si allontana dalle caratteristiche del pesce appena catturato. Bisogna sempre ricordare che la freschezza del pesce, che ci permette di assaporarne appieno la gustosità, non dipende solo dal tempo trascorso dalla raccolta al momento dell'acquisto in pescheria, ma anche da come viene trattato in questo tempo.

E' importante che ogni operatore, dal pescatore al mercato ittico, dal commerciante all'ingrosso al dettagliante, ed anche il consumatore, sia consapevole che tratta alimenti facilmente deperibili, dove l'igiene e la conservazione costante a temperature di refrigerazione possono permettere un buon mantenimento e una maggiore durata degli elementi distintivi propri del pesce fresco.

Per informare sempre più e sempre meglio il consumatore, la Comunità Europea ha disposto che alcune indicazioni accompagnino tutti i prodotti ittici freschi (e non solo) dal momento della produzione fino alla vendita al dettaglio. Le indicazioni riguardano: il nome commerciale della specie; la macrozona o il Paese di produzione; la modalità di produzione (prodotto pescato o allevato) e il consumatore le deve trovare in pescheria sulle etichette dei prodotti, se questi sono preconfezionati, o sui cartellini esposti accanto alle cassette.

Molluschi bivalvi

In questo caso la valutazione della freschezza risulta più semplice, in quanto la commercializzazione dei molluschi bivalvi freschi viene fatta con prodotto vivo. I molluschi bivalvi devono essere quindi vivi e vitali, cioè reagire alla percussione, resistere all'apertura e racchiudere all'interno del guscio una certa quantità di liquido intervalvare; i gusci devono essere integri e privi di sudiciume; il corpo del mollusco deve essere idratato, tumido e ben aderente alle valve, ed avere un odore gradevole marino/salmastro.

Esistono regole igienico-sanitarie precise per la commercializzazione dei molluschi bivalvi vivi: le pescherie possono acquistare solo prodotto confezionato da stabilimenti autorizzati. Unica eccezione i Pettinidi 53

(cappe sante e canestrelli), che devono sottostare a regole diverse, e possono essere commercializzati come i pesci. Le indicazioni relative al nome commerciale della specie, alla zona di produzione, alla modalità di produzione, devono essere apposte sulla fascetta (etichetta) del prodotto confezionato, o sul cartellino esposto accanto al prodotto, se questo viene venduto dal dettagliante previo sconfezionamento. Il prodotto confezionato è da preferire, in quanto fornisce maggiori garanzie di tracciabilità; la data che si trova impressa sull'etichetta corrisponde al giorno di confezionamento.

Molluschi gasteropodi

Anche la commercializzazione dei molluschi gasteropodi freschi viene fatta con prodotto vivo: l'animale deve mostrare segni di vitalità (si muove) e non presentarsi asciutto, la conchiglia deve essere pulita e lucida. L'odore non è sempre un buon indicatore di freschezza, perché a volte risente del contatto con l'esca nell'attrezzo di cattura. A questi molluschi si applicano le stesse regole igienico-sanitarie di commercializzazione dei molluschi bivalvi.

Molluschi cefalopodi

Pelle, carne, tentacoli e odore sono i caratteri da osservare per determinare la freschezza di polpi, moscardini, seppie e calamari. La pelle deve essere aderente alla carne e con pigmentazione viva; la carne deve avere un colore madreperla (con l'invecchiamento diventa color bianco gesso, quindi rosata o ingiallita) e deve risultare al tatto molto soda ("prova del dito", osservando il tempo di risposta alla sollecitazione meccanica). I tentacoli devono essere resistenti alla trazione. L'odore deve essere fresco, di alghe marine; con il tempo l'animale assume un sentore d'inchiostro.

Un problema relativo alla determinazione della freschezza di questo gruppo di prodotti è che non è molto facile distinguere gli esemplari freschi da quelli appena scongelati, anche a un occhio esperto. Se il cefalopode non è stato già pulito, la prova infallibile è lo stato del nero: se l'inchiostro è ben fluido nella sacca che lo contiene l'animale è fresco, se si presenta grumoso è stato scongelato. Il dettagliante ha comunque l'obbligo di indicare nel cartellino identificativo del prodotto se si tratta di alimento decongelato.

Crostacei

Poiché dopo la morte sono soggetti ad un deperimento molto rapido, per i crostacei la miglior cosa è acquistarli vivi; ciò può avvenire facilmente per aragoste, astici, canocchie e granchi, più difficilmente per scampi, mazzancolle e gamberi.

La freschezza può essere valutata dall'aspetto del carapace, che deve essere umido e lucente, con colori brillanti tipici della specie; dall'assenza di annerimento di alcune parti (base delle zampe, interno della testa), annerimento che si manifesta precocemente dopo la morte dell'animale, soprattutto in alcune specie; dalla resistenza di testa, arti e appendici al distacco (se il prodotto non è fresco si ha la presenza di molti fram-

menti nella cassetta).

L'odore deve essere gradevole, leggermente dolciastro, di alghe marine; invecchiando diviene invece acidulo, acre.

Questi prodotti dopo la morte perdono rapidamente acqua, a scapito del peso e della consistenza delle carni.

Pesci

Sono molti i caratteri indicatori dello stato di freschezza del pesce, che, considerati nell'insieme, sono in grado di confermarci o meno la cattura recente e la corretta conservazione.

Gli occhi devono essere vivi e convessi (in fuori), con la cornea trasparente e lucida, non lattiginosa, e le pupille blu-nere brillanti. Il colore della pelle deve essere iridescente, cangiante, quasi metallico, con muco trasparente e senza tracce di decolorazione. Le squame devono essere brillanti e aderire al corpo, che deve essere rigido o arcuato. Le costole e la colonna vertebrale devono essere aderenti alla parete addominale e ai muscoli dorsali. Il peritoneo (la membrana, di solito nera, che tappezza la cavità dove si trovano i visceri) deve avere una colorazione viva e aderire alla carne.

Le branchie devono avere un colore rosso o rosaceo e devono essere umide, ma prive di muco. L'odore deve essere tenue e salmastro, che ricordi la salsedine: "profumo di mare".

Con il tempo il prodotto diviene dapprima inodore, quindi comincia ad assumere sentori ammoniacali e rancidità (soprattutto per pesci ricchi in lipidi come il pesce azzurro). La carne deve risultare soda ed elastica ("prova del dito" sul fianco dell'animale: osservare il tempo di risposta alla sollecitazione meccanica).

La freschezza del pesce può essere stimata osservando l'insieme dei caratteri esposti nelle tabelle seguenti, tratte da un Regolamento CE che definisce le categorie commerciali dei prodotti ittici. Se anche uno solo dei caratteri rientra in una delle categorie peggiori, il pesce viene classificato in quella categoria.

Pesce bianco

Tabella di valutazione della freschezza. Reg. (CE) n. 2406/96 Allegato I -A. Pesce bianco

Criteria	Cat. di freschezza			
	Extra	A	B	Non ammesso
Pelle	Pigmento vivo e cangiante o opalescente; senza tracce di decolorazione	Pigmentazione viva ma priva di lucentezza	Pigmentazione spenta in via di decolorazione	Pigmentazione spenta
Muco cutaneo	Acquoso, trasparente	Leggermente torbido	Lattiginoso	Muco grigio-giallognolo, opaco
Occhio	Convesso (sporgente); pupilla nera brillante; cornea trasparente	Convesso e leggermente infossato; pupilla nera spenta; cornea leggermente opalescente	Piatto; cornea opalescente; pupilla opaca	Concavo al centro; pupilla grigia; cornea lattiginosa
Branchie	Colore vivo; senza muco	Meno colorato; muco trasparente	Bruno/grigio in via di decolorazione; muco opaco e spesso	Giallognolo; muco lattiginoso
Peritoneo (nel pesce senza visceri)	Liscio; brillante; aderisce bene alla carne	Un po' opaco; può staccarsi dalla carne	Grumoso; si stacca facilmente dalla carne	Non resta attaccato
Odore delle branchie e della cavità addominale	Di alghe marine	Senza odore di alghe marine; odore neutro	Odore di fermentazione; leggermente acre	Acre
Carne	Soda ed elastica; superficie liscia	Meno elastica	Leggermente molle(flaccida), meno elastica; superficie cerea (vellutata) e spenta	Molle (flaccida); le squame si staccano facilmente dalla pelle; superficie piuttosto rugosa

Pesce azzurro

Tabella di valutazione della freschezza. Reg. (CE) n. 2406/96 Allegato I-B. Pesce azzurro

Criteria	Cat. di freschezza			
	Extra	A	B	Non ammesso
Pelle	Pigmento cangiante, colori vivi, brillanti, con tendenza all'iridescenza; netta differenza fra superficie dorsale e ventrale	Perdita di lucentezza e aspetto meno brillante; colori più smorti; minore differenza tra superficie dorsale e ventrale	Spenta, senza lucentezza, colori slavati; la pelle fa delle pieghe se si incurva il pesce	Pigmentazione molto spento; la pelle comincia a staccarsi dalla carne
Muco cutaneo	Acquoso trasparente	Leggermente morbido	Lattiginoso	Muco grigio-giallognolo, opaco
Consistenza della carne	Molto soda, rigida	Assai rigida, soda	Leggermente molle	Molle (flaccida)
Opercoli	Argentati	Argentati, leggermente colorati di rosso o di marrone	Imbrunimento ed estese soffusioni ematiche attorno all'occhio	Giallognoli
Occhio	Convesso (sporgente); pupilla blu-nera brillante; "palpebra" trasparente	Convesso e leggermente infossato; pupilla oscura; cornea leggermente opalescente	Piatto, pupilla offuscata; soffusioni ematiche attorno all'occhio	Concavo al centro; pupilla grigia; cornea lattiginosa
Branchie	Colore uniforme da rosso scuro a porpora senza muco	Colore meno vivo; più pallido sui bordi; muco trasparente	In via di fitta decolorazione; muco opaco	Giallognole; muco lattiginoso
Odore delle branchie	Fresco, di alghe marine piccante, salso	Senza odore di alghe marine; odore neutro	Odore grasso, leggermente solforoso da ritagli di bacon rancido o di frutta marcia	Marcio acre



Valore nutritivo

La nutrizione rappresenta l'insieme dei processi biologici attraverso i quali gli organismi viventi possono continuare a vivere, crescere e reintegrare i deficit organici.

Per compensare i bilanci organici di un organismo animale, vi sarà un'introduzione di cibo, una digestione ed una assimilazione dei costituenti elementari presenti nell'alimento. In generale il **valore nutritivo** di un alimento non deve essere considerato come una produzione calorica, ma va visto nella ricchezza di elementi specifici, in relazione alla quantità di principi attivi ed alla biodisponibilità dei costituenti, cioè gli aminoacidi per i protidi, gli acidi grassi per i lipidi, i sali minerali, le vitamine, ecc.

I prodotti ittici, che comprendono non solo pesci (pesci ossei, come triglie, sarde, sogliole, ecc., e pesci cartilaginei, come squali, palombi, razze, ecc.), ma anche crostacei (granchi, conocchie, gamberi, ecc.) e molluschi (seppie, calamari, cozze, vongole, ecc.), sono buone fonti proteiche e in generale presentano un'ampia gamma di principi alimentari necessari per l'accrescimento e la riparazione dei tessuti.

Il contenuto dei principi alimentari varia in percentuale, a seconda del prodotto ittico considerato, ma, per la singola specie, anche in funzione del periodo riproduttivo. Prezioso è l'apporto di alcuni aminoacidi, come la lisina presente nei pesci e carente negli alimenti vegetali, di acidi grassi polinsaturi omega-3, sali minerali, vitamine, ecc., in grado di prevenire diverse malattie.

Di seguito viene fornito un sintetico quadro dei valori nutritivi, riferiti alle specie prese in considerazione in questa pubblicazione, calcolati e pubblicati dall'Istituto Nazionale di ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione (<http://www.inran.it/>), che opera sotto la vigilanza del Ministero delle Politiche Agricole Alimentari e Forestali.

Valori nutritivi, espressi per 100 g di parte edibile (nr non rilevabile; tr presente in tracce), di alcune specie ittiche descritte precedentemente (Fonte www.inran.it; * M.A.R.E Scarl)

				Parte edibile	Acqua	Proteine	Lipidi	Carboidrati	Amido
				%	g	g	g	g	g
gruppo commerciale	nome comune	genere	specie						
Molluschi	cozza	Mytilus	galloprovincialis	32,0	82,1	11,7	2,7	3,4	2,8
Molluschi	garagoli	Aphorrais	spp						
Molluschi	lumachino	Nassarius	mutabilis						
Molluschi	ostrica	Ostrea	edulis	12,0	85,7	10,2	0,9	5,4	4,5
Molluschi	poveraccia	Chamelea	gallina	25,0	82,5	10,2	2,5	2,2	0,0
Molluschi*	scrigni di venere	Scapharca	spp		78,8	7,5	0,4	10,7	
Molluschi	seppia	Sepia	officinalis	50,0	81,5	14,0	1,5	0,7	0,0
Crostacei	canocchia	Squilla	mantis						
Crostacei	grancella	Liocarcinus	depurator						
Pesce bianco	mazòla	Trigla	lucerna						
Pesce bianco	molo	Merlangius	merlangus						
Pesce bianco	occhialone	Pagellus	erythrinus		79,0	21,0	1,9	0,0	0,0
Pesce bianco	paganelli	Gobius	spp						
Pesce bianco	suri	Trachurus	spp	55,0	77,2	18,3	3,0	1,0	0,0
Pesce bianco	triglia	Mullus	barbatus	60,0	75,3	15,8	6,2	1,1	0,0
Pesce azzurro	saraghina	Sprattus	sprattus						
Pesce azzurro	sarda	Sardina	philcardus	70,0	73,0	20,8	4,5	1,5	0,0
Pesce azzurro	sardone	Engraulis	encrasicholus	75,0	76,5	16,8	2,6	1,5	0,0

Zuccheri solubili	Fibra totale	Energia		Sodio	Potassio	Ferro	Calcio	Fosforo	Tiamina	Riboflavina	Niacina	Vit A ret. eq.	Vit C
g	g	kcal	kJ	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mcg	mg
0,3	0,0	84,0	351,	290,0	320,0	5,8	88,0	236,0	0,1	0,2	1,6	54,0	tr
0,5	0,0	69,0	289	510,0	260,0	6,0	186	267,0	0,1	0,2	1,5	75,0	tr
2,2	0,0	72,0	299									16,0	tr
		74,1	563		14,8	14,4	50,6	85,2				nr	
0,7	0,0	72,0	302		273,0	0,8	27,0	143,0				25,0	0,0
0,0	0,0	101	423		690,0	4,3	34,0						tr
1,0	0,0	104	435	111,0	212,0	0,9	125	224,0					0,0
1,1	0,0	123	515			1,1	21,0	218,0	0,1	0,1	4,2	9,0	tr
1,5	0,0	129	541	66,0	630,0	1,8	33,0	215,0	0,0	0,3	9,7	28,0	tr
1,5	0,0	96,0	403		278,0	2,8	148	196,0	0,1	0,3	14,0	32,0	tr

Bibliografia

AA.VV., 1995. **Purazi ... Doni. I mangiari nei racconti della gente di mare.** Panozzo Editore, Rimini.

AA.VV., 1997. **Cattolica. Il mare sulla tavola.** Panozzo Editore, Rimini.

AA.VV., 2002. **Il consumatore di prodotti ittici. Frequenza e modalità di consumo, criteri di scelta, profilo socioeconomico, percezione del grado di salubrità e di sicurezza alimentare.** I.S.M.E.A, Roma.

Artusi P., 1891. **La Scienza in cucina e l'Arte di mangiar bene.** Ed. 1995, Einaudi Torino.

Camporesi P., 1995. **La terra e la luna. Dai riti agrari ai fast food viaggio nel ventre dell'Italia.** Garzanti, Milano.

De Nicolò M.L., 2004. **Mangiar pesce nell'età moderna. Diritti di pesca, produzione, conservazione, consumo.** Edizioni Grapho 5, Fano.

Fiori F., 2005. **Un mare. Orizzonte adriatico.** Diabasis, Reggio Emilia.

Frezzotti F., 2001. **Saperi & sapori del mare.** UNIPROM, Roma.

Meldini P., 2005. **La cultura del cibo tra Romagna e Marche.** Minerva Edizioni, Bologna.

Mietti N., 2007. **Come acquistare, preparare e valorizzare il pesce.** Regione Emilia-Romagna Assessorato Attività Produttive, Servizio Economia Ittica - Provincia di Rimini.

Montanari M., 1999. **La cucina italiana. Storia di una cultura.** Laterza, Bari.

Montanari M., 2004. **Il cibo come cultura.** Laterza, Bari.

Paolini D., 2006. **La geografia emozionale del gastronomo.** Sperling & Kupfer, Milano.

Petrini C., 2005. **Buono, pulito e giusto. Principi di nuova gastronomia.** Einaudi, Torino.

Polloni G., 2003. **I venerdì di magro.** Provincia di Rimini, Assessorato Attività Produttive e Agricoltura - Centro Itard.

Quondamatteo G., Bellosi G., 1977. **Romagna civiltà.** Grafiche Galeati, Imola.

Relini G., Ferrara G., Massaro E., 1999. **Sintesi delle conoscenze sulle risorse da pesca dei fondi del Mediterraneo centrale (Italia e Corsica).** S.I.B.M., Genova.

Scapellini P., 2001. **Misto mare. Vademecum per cucinare il pesce del mediterraneo a casa e in vacanza.** Diabasis, Reggio Emilia.

