

PESCE AZZURRO

Il “pesce azzurro” è un gruppo di pesci che, pur appartenendo ciascuno di essi a specie e generi diversi, ha una comune caratteristica, che è quella relativa al particolare ambiente marino di vita e che, con termine tecnico, viene denominato “pelagico”.

Pelagico non significa soltanto che vive nel mare (altrimenti tutti i pesci marini sarebbero pelagici), ma significa che la zona del mare abitata è quella distante dalle terre emerse o sommerse. In altre parole, i pesci pelagici vagano nell’immensità del mare e non si avvicinano né alle coste né al fondo salvo che in rare e particolari circostanze.

In contrapposizione a “pelagico” vi è “litorale” e “bentonico”, che sono aggettivi che si applicano, invece, a quei pesci che non si allontanano mai dalle coste e che vivono appoggiati sul fondo (benthos) o in stretti rapporti con esso, per varie ragioni fisiologiche.

I pesci pelagici sono, in generale, potenti nuotatori e si presentano quasi sempre con forme affusolate e idrodinamiche per eccellenza; hanno una livrea caratteristica dove sono dominanti il colore azzurro acciaio più o meno scuro del dorso e il bianco argenteo del ventre...da qui il nome.

Salvo qualche eccezione sono “gregari”, e cioè si riuniscono in branchi più o meno grandi; inoltre sono tutti migratori, cioè si spostano periodicamente in gruppo, per ragioni che in genere li spingono alla ricerca di un ambiente più favorevole per il nutrimento o per riprodursi.

Una delle teorie più plausibili formulate dagli scienziati, secondo cui questi pesci vivono in banchi, sostiene che il nuoto di questi enormi gruppi fittissimi, per motivi idrodinamici, un consumo d’energia assai inferiore rispetto a quello necessario allo spostamento individuale.

Il Pesce azzurro, oltre a distinguersi per la colorazione azzurra del dorso e per le abitudini di vita, gregaria e pelagica, hanno anche un’altra particolarità che le accomuna ed è quella che in termini scientifici viene detta “fototassi positiva”. In parole povere significa che sono attirati dalla luce, probabilmente in relazione con la loro nutrizione. Questa loro abitudine viene sfruttata dai pescatori che li attirano sotto le lampare e li rinserrano in gigantesche reti di circuizione.

“Iwashi” è il termine giapponese che noi attribuiamo al “Pesce azzurro”.

Il “Pesce azzurro”, che in Liguria, è nominato “il pane del mare”, in genere, è considerato “pesce povero” perché ha un prezzo di mercato inferiore a quello di altre varietà, ritenute (spesso a torto) più “nobili”, ed è consumato pochissimo rispetto al pescato potenziale dei

Bruno Pistoni consulente enogastronomico

nostri mari, una risorsa naturale che sarebbe anche in grado di dare sollievo alla bilancia dei pagamenti.

Tutti i “pesci azzurri”, quelli di piccola taglia, hanno carni facilmente deteriorabili per due ragioni. La prima è che le loro squame sono estremamente caduche e quindi si distaccano facilmente lasciando il corpo nudo ed esposto all’azione deteriorante degli agenti esterni, e la seconda è che le loro carni, molto molli, sono particolarmente ricche di sostanze grasse, e che a contatto con l’ossigeno dell’aria si irrancidiscono e si alterano facilmente. Dato poi che la cattura di questi pesci avviene con reti di circuizione dove si ammassano quintali e quintali di esemplari, la desquamazione è grandemente agevolata dagli attriti e dal peso e quindi la loro conservazione diviene ancora più difficile del pesce di grossa taglia.

Storicamente, in cucina, il Pesce azzurro prometteva fin troppo bene. Nel primo secolo dopo Cristo, il celebre Apicio, che di cucina, a Roma, se ne intendeva, nel suo citatissimo ricettario nominava l’uso di servire pesci di carne bianca, cotti sulla brace, con una salsa di pesce ottenuta facendo macerare in sale, aceto e vino (tipica salamoia piccante) piccole acciughe e sardine. Sempre romana anche la salsa denominata “garum”, a base di pesce azzurro a pezzi e fermentato con sale ed erbe aromatiche, impiegata in moltissime preparazioni dell’epoca: ritenuta altamente afrodisiaca. Via via la storia dei successi di questo pesce annovera molte pagine felici: nel ‘400 Mastro Martino, cuoco personale del patriarca di Aquileia, suggerisce il suo modo di fare sarde e sardelle fritte e di servirle con “succo d’arancio e agresto” all’eccellentissimo Monsignor Camerlengo. Il successo del Pesce azzurro cammina di pari passo anche con quello della Chiesa. È l’obbligo del digiuno e dei “giorni di magro”, infatti, a instaurare un consumo abituale di pesce e, in particolare, di quello azzurro, proprio per il suo costo contenuto.

Ma anche sul... fronte laico si registra un trend favorevole per questo alimento, molto presente sia sulle tavole militari (il suo potere nutritivo elevato, infatti, lo rendeva adatto a integrare l’alimentazione dei soldati che dovevano raggiungere le...4000 calorie al giorno), sia quelle ... molto private: Giacomo Casanova, nelle sue memorie, oltre ad amene e piccanti citazioni, annovera anche riferimenti gastronomici, quando dice, per esempio, di andare (non si sa se da solo o in compagnia) “una sera in riva al mare e mangiare le sardelle”.

Ma è la cucina regionale, quella tipica che nasce dai cibi di un luogo e dai gusti alimentari della gente che vi abita, a sancire l’ingresso ufficiale del pesce azzurro nella “Grande Gastronomia”: a Venezia si parla di “sardoni in saòr”, nel maceratese il menù del Giovedì Santo è molto azzurro, con pasta fresca, tonno , sardelle e un secondo a base di sgombri,

Bruno Pistoni consulente enogastronomico

alici e sarde; in Piemonte l'acciuga, da materia prima della pietanza, si fa ingrediente saporito per la "bagna càôda"; in Emilia, regione da sempre votata al consumo della carne, si intrufola nella salsa verde che accompagna i bolliti, mentre in Sicilia, terra di mare, le sarde entrano alla grande come condimento della pasta o preparate "a beccaficu", come vuole la tradizione.

Pesce Spada

Per la maggior parte delle persone, il pesce spada è un pittoresco esemplare della fauna marina di cui si sa che è buono e nient'altro. Eppure di questo pesce, chiamato scientificamente "Xiphias gladius" (dal greco xifus = spada e dal latino gladius = spada – arma da taglio) appartenente al gruppo dei teleostei e alla famiglia degli xifidi, si sono dette e scritte cose disparate, talvolta contraddittorie: ciò non soltanto per quanto concerne il suo comportamento e temperamento, i suoi rapporti con l'uomo, e con l'ambiente, la sua pesca ma anche per quanto riguarda l'origine, l'habitat e le caratteristiche somatiche. Le notizie più attendibili di questo "veloce e potente guerriero d'argento", è che vive in tutti gli oceani tropicali e temperati, è presente nel Mediterraneo con l'esclusione dell'Adriatico interno. Vive tendenzialmente in solitudine, predilige il mare aperto e non ha problemi a spaziare dalla superficie fino, addirittura, ad una profondità di 600 metri. Nel tempo degli amori e della riproduzione, si avvicina alla costa nel periodo che va da aprile a settembre. La deposizione delle uova avviene in estate in acque a temperature superiori ai 24°C.

La sua caratteristica saliente, dalla quale trae origine il nome e gran parte della sua leggendaria attrattiva, è quella di avere la mascella superiore assai allungata come un rostro a forma di spada, e la mascella inferiore leggermente sviluppata e acuminata. La colorazione superficiale, che alcuni approssimativamente definiscono azzurro cupo sul dorso e argentea sui fianchi e sul ventre, è in realtà molto più variegata: il dorso può definirsi grigio scuro con passaggi cromatici prevalenti dal blu intenso al brunastro; i fianchi sono più chiari e assumono riflessi bronzei; il ventre è grigio assai chiaro, addirittura biancastro.

Il pesce spada è un predatore, potente, agile, veloce e vorace. La mascella dura e allungata gli serve come arma da offesa e difesa ma anche come una sorta di clava con cui tramortire pesci più o meno grandi, attaccandoli nei branchi, da divorare in seguito più comodamente.

Bruno Pistoni consulente enogastronomico

Quando il pesce, in genere, è predatore, vale la norma che esso abbia le carni più buone, compatte e nutrienti: il pesce spada rispetta queste caratteristiche.

Le sue carni sono bianche e delicate, dando modo a commercianti di pochi scrupoli di confondere i consumatori offrendo loro carne della famiglia degli squali indubbiamente meno pregiata: è per questo che nelle pescherie serie viene esposta la testa del pesce spada che oltre la garanzia evidente, dà immagine pittoresca. Le sue carni sono migliori all'epoca della deposizione delle uova. Gli esemplari giovani, e perciò più piccoli, hanno i tranci in proporzione più ridotti, adatti a porzioni esteticamente migliori; da notare che, come pesce commestibile, è pregiato anche per la percentuale altissima della parte edibile.

La carne del pesce spada era già ben nota a Cartesio che la raccomandava per gli stomaci delicati e convalescenti (Miscellanea, cap. XI), ...”è vellutata, sapida, aurorale, si squaglia in bocca come un'alga e suscita insieme pensieri casti e di amore”.

Dunque...a essere troppo buoni si può rischiare persino la pelle...e da sempre. Era una preda ambita già nel Neolitico, poiché in una grotta preistorica di Trapani sono state ritrovate vertebre del pesce. Ed era prezioso anche dal punto di vista nutrizionale: analizzando residui di ossa umane, si è giunti alla conclusione che l'uomo di Neandertal (abituato a nutrirsi con mammut e alce) fu soppiantato dall'”Homo sapiens” che era dotato di superiori capacità intellettive anche perché la sua dieta era a base di pesce, ricco di proteine digeribili, acidi grassi polinsaturi e fosforo. Nei millenni successivi lo spada ha continuato a essere ricercato dalle popolazioni costiere. La tecnica di pesca fu perfezionata dai Romani, inventori dei vascelli a remi che circondavano gli animali con le reti e l'intrappolavano senza via di scampo.

La pesca del pesce spada è caratteristica e vecchia di secoli. Su una speciale barca (luntre) salgono alcuni marinai, uno dei quali sta arrampicato sull'albero per avvistare la preda e due sono pronti con le fiocine. Appena si scorge il pesce, la barca si avvicina ed il marinaio pronto lo infilza con il lancio preciso della fiocina. Ma, da secoli, quando la barca si fa da presso al pesce spada, è di assoluta tradizione che il marinaio gli “parli”. Ecco la strofetta magica raccolta da Giuseppe Pitré (siciliano, studioso del folklore): *mamassu di pasanu / paletta di pasanu / majassu di stignela / paletta di paenu palé / palé castagneta / mancata stigneta. / Pro nastu vardu pressa da visu, e da terra. / Che i pesci spada non capiscano il greco è cosa certa; ma i pescatori non mollano e ripetono queste parole misteriose tramandate di padre in figlio.*

Altri nomi regionali del Pesce spada: piscispada, piscispatu.

Tonno

L'attrazione che questo pesce ci porta a parlarne è l'affascinante e misteriosa storia della sua vita e l'importanza che ha per l'alimentazione umana poiché, è conseguente al fatto che esistono tonni in tutti i mari caldi e temperati del globo.

Con il nome generico di "tonno" si indica non una sola specie di pesce, ma almeno una mezza dozzina, ognuna delle quali ha una sua area di diffusione particolare, e tra essi il più celebre, il più noto ed il più grosso di tutti è il nostro tonno del Mediterraneo (*Thunnus thynnus*), che è presente anche nell'Oceano Atlantico, dalle coste della Norvegia a quelle del Marocco, nonché nel Mar Nero.

Il tonno è fra i pochissimi pesci che hanno una temperatura corporea superiore a quella dell'acqua in cui vivono.

Altri nomi regionali del Tonno: tunno, tunnariello tunnacchiolu, scampirru.

La conferma che il tonno sia un pesce migratorio, pelagico e gregario, ci viene dal fatto che, appena raggiunta la maturità sessuale, in certi periodi dell'anno si accostano a terra in migrazione cosiddetta genetica. Questo fatto era conosciuto fin dall'epoca dei Fenici, e le monete battute a Gades (oggi Cadice) portano nel recto la testa di Ercole con la pelle e la clava, e nel verso due tonni con una mezza luna ed alcuni caratteri fenici, a significare l'importanza di questo pesce per l'economia iberico-fenicia.

La descrizione "antica" della pesca del tonno è più interessante e... poetica di quella attuale con mezzi e tecnologia moderna. In una versione ottocentesca di Oppiano Cilice, poeta greco del 180 d.C., viene descritta la pesca del tonno e la tipica attrezzatura delle tonnare, che sono quelle grandiose trappole di reti, ancora oggi in uso, soprattutto sulle coste spagnole e portoghesi, sarde e siciliane, libiche e tunisine. Esistono testimonianze storiche dei Re normanni succeduti agli Arabi, primi maestri di tonnare in Sicilia (è arabo infatti il nome "Rais" che si dà a chi dirige la tonnara), che rilasciarono le prime patenti di possesso. La pesca del tonno fu infatti considerata per lungo tempo riservata ai regnanti, che concedevano l'esercizio delle tonnare a titolo gratuito od oneroso, le alienavano con diritto di riscatto o le vendevano definitivamente a comunità o privati. Era un "jus piscandi" in un determinato spazio di mare, ad esclusione di terzi. Le tonnare di Palermo sono ricordate nei privilegi di Guglielmo il Buono (1176) e di Federico I (1210) e quelle di Spagna dal Rio Guardiana fino alle coste del regno di Granata furono concesse dal re "Don Sancho el Bravo" (1294) ai "Condes de Niebla y Duques de Medina Simonia" come premio per il loro valore e lealtà. Di altre tonnare non ne parleremo se non per la

Bruno Pistoni consulente enogastronomico

descrizione della pesca nella tonnara, della selvaggia e sanguinosa corrida dei “tori” chiusi nella rete durante la “mattanza”, del canto rituale e ritmico della “Cialoma”: “Aimola! Aimola! Aimola e jamuninni Aimola a Gesù vinni...” che aiuta i tonnatori ad alare (tirare) le reti, per arrivare direttamente al momento in cui i corpi lucenti e metallici dei tonni, appesi per la coda nel cosiddetto “camposanto”, restano in attesa di essere portati alla lavorazione, e da qui andranno in giro per il mondo, per apparire poi sulle tavole di ricchi e poveri.

Un tempo ogni tonnara di una certa importanza aveva il proprio stabilimento conserviero che era una inderogabile necessità, dove veniva lavorato esclusivamente il prodotto della pesca della tonnara stessa e talvolta quello di qualche piccola tonnara vicina ed affiliata. Era una insopportabile necessità per la semplice ragione che, essendo la pesca del tonno un’attività stagionale concentrata nel breve periodo di due o tre mesi, il quantitativo di prodotto non poteva essere tutto smerciato allo stato fresco, quindi era imperativa la sua conservazione, sia per salagione, sia attraverso la cottura in acqua bollente salata e successivo inscatolamento sott’olio o al naturale.

Il tonno è l’unico pesce che aveva i suoi tagli (detti “stalli”) come quelli del manzo, del vitello e del maiale. Queste distinzioni di tagli non si fanno più, tranne alcuni nomi che sono rimasti in uso: la ventresca, il tarantello, che erano le parti più pregiate; la buzzonaglia (o busonaglia), parte meno pregiata perché scura, ma di alta caratura di sapore. Esistevano poi il “bodano”, il “maccarone”, lo “sdosso” (o “bodano di petto”)...

Una particolarità da segnalare è che esistevano distinzioni tra tonnare di “corsa” e di “ritorno”, e talvolta di “corsa e di ritorno”. Le prime pescano il tonno che ancora non ha deposto i prodotti sessuali e che possiede quindi ancora le ovaie ed i lattumi ben gonfi e turgidi, ed in Sicilia, sulle coste settentrionali ed occidentali, sono in pesca effettiva da maggio a tutto giugno, mentre le seconde, che catturano i tonni smagriti, con le gonadi vuote e le carni nerastre, pescano fino ai primi di settembre. Alcune tonnare poi, situate in posizioni particolarmente favorevoli, trascorso il periodo della “corsa”, modificano le loro porte di entrata per pescare anche tonni di “ritorno”. Logicamente il “tonno di corsa” è notevolmente più pregiato del “tonno di ritorno”, anche perché il “tonno di corsa” permette la preparazione delle deliziose “bottarghe” e dei “lattumi” che non esistono più, ovviamente, nel “tonno di ritorno”.

La pesca del tonno “antica” era preceduta da una preghiera che i pescatori rivolgevano al dio Nettuno perché questo intercedesse a non far entrare nelle reti, insieme ai tonni, anche delfini e pesci spada, che per la loro insofferenza nel vedersi intrappolati, si

Bruno Pistoni consulente enogastronomico

dibattano fino a rompere le reti stesse consentendo anche ai tonni la fuga; i marinai siciliani, continuatori della tradizione della pesca del tonno, non sono da meno: per assicurarsi una buona pesca, e senza guai, destinano per ogni “mattanza” un certo quantitativo dei loro proventi agli ordini religiosi della loro città. La pesca del tonno “moderna” non è più di “attesa” come una volta, attendendo che i grandi branchi si avvicinasero alla costa durante le loro migrazioni. Oggi i banchi vengono inseguiti in pieno oceano. Guidati dal satellite, i pescherecci si portano sulla scia del banco. Dal loro ponte parte un elicottero in ricognizione che, quando il gruppo dei pesci è compatto, dà il segnale operativo: con motobarche veloci e il lancio di bombe a salve si costringe il banco a rallentare. In quel momento il peschereccio cala una grande rete profonda fino a 250 metri: pale meccaniche a forma di giganteschi mestoli forati portano i tonni fuori dall’acqua e li depositano, ancora vivi, in enormi congelatori.

Tonnetto

Parente stretto del tonno (*Euthynnus alletteratus*), prende il suo nome specifico da quello dialettale siciliano “allitteratu”, derivante dalle macchie nere del dorso che, con una certa buona volontà, possono rassomigliare a delle lettere. La sua carne è rosso scura, tanto che il nome dialettale che gli danno i viareggini è quello di “sanguinaccio”. È meno pregiato del tonno e solitamente non viene conservato in scatola, sia perché l’aspetto della carne molto scura non è gradito a molti consumatori, sia perché in brevissimo tempo la sua carne si deteriora e non è facile a conservarsi in buone condizioni di lavorazione.

Alalonga o Alalunga

L’Alalonga (*Thunnus alalunga*), che è una delle specie più pelagiche, rassomiglia moltissimo al tonno dal quale differisce dalla taglia che è molto minore e, più che altro, per la pinna pettorale che è lunghissima tanto da dare alla specie sia il nome volgare che quello scientifico.

Dal lato gastronomico, la carne dell’Alalonga, pur mantenendo la grana e la compattezza di quella del tonno, è notevolmente più delicata e quando è lessata e conservata sott’olio appare bianca, mentre quella del tonno è rosa salmone più o meno carico. Negli Stati Uniti è sensibilmente più pregiata e si vende sotto il nome di “White meat tuna”. Anche in Francia è molto apprezzata ed è commercialmente nota col nome di “Germon”. In Italia, dove si pesca con una certa regolarità, è sempre consumata fresca.

Bruno Pistoni consulente enogastronomico

Tombarello o Biso

Il Tombarello o Biso (*Auxis thazard* – *Auxis rochei*) è ancora più piccolo del Tonnetto, arriva al massimo a 50 cm di lunghezza e un chilo circa di peso; rassomiglia molto ad uno Sgombro per il suo corpo slanciato e la presenza di fasce vermicolari bleu-nero su fondo grigio-azzurro o bleu scuro nella metà posteriore del dorso. Si pesca soprattutto tra giugno e settembre. In Italia meridionale viene conosciuto coi nomi di “scurmo”, “motolo”, “pisantuni” ecc. In Liguria “bonitu” e “strumbo”; in Toscana “tamburello”, “tombarello” e “tambarello”; in Sardegna “strumbu”, “strumbulu” e “istrumbulu”; a Venezia con quello di “sgionfeto”. La carne è sanguigna, non molto pregiata, e viene consumato fresco.

Palamita

È un pesce pregiato (*Sarda sarda*) di dimensioni che arrivano fino ad un massimo di 10 chilogrammi e una lunghezza di circa 80 cm con una carne bianca. In Turchia, dove se ne fa una gran pesca, viene utilizzata per la preparazione di un prodotto molto apprezzato, che è noto sotto il nome di “Lakerda”. La migliore lakerda deve essere confezionata con Palamite di grossa taglia, pescate con il vento di tramontana e immediatamente lavorate. La lavorazione avviene troncandogli la testa e la coda, e sezionando il tronco in cinque grosse fette che vengono immediatamente lavate con acqua di mare togliendo il sangue rimasto e le spine, e con l'aiuto di uno stecco si elimina il midollo che altrimenti andrebbe troppo facilmente in putrefazione. Si sala con sale fino, si adagiano le fette in un barile sovrapponendo un peso, e dopo una settimana il prodotto è pronto. In Italia, le nostre Palamite si consumano solo allo stato fresco.

Sgombro

Detto anche Lacerto o Maccarello (*Scomber scombrus*), si trova abbondantemente anche nei nostri mari. In inglese “Mackerel”, in francese “Maquereau”, in tedesco “Makrelen” e in spagnolo “Caballa”. Altri nomi regionali: sgombro, scortone, lucertolone, cavaglia, ariolo, pesce cavallo. Ha una carne compatta, saporita e piuttosto grassa con la caratteristica, come altri pesci simili, di avere delle parti di carne che dopo cotta diviene alquanto scura. Il periodo ideale per gustare lo Sgombro sono i mesi primaverili, non oltre maggio, poiché in tale periodo si pescano individui giovani, e non essendo ancora iniziata l'epoca riproduttiva, le carni risultano di più difficile digestione. Ha sapore intenso ed è molto utilizzato per conserve e affumicato; da cuocere alla griglia, al forno, al cartoccio o in casseruola con vino o aceto, tutte preparazioni con poco o nessun condimento poiché è

Bruno Pistoni consulente enogastronomico

un pesce un po' grasso; gli esemplari piccoli e giovani sono più delicati e meno grassi. Il bello dello Sgombro consiste nella sua colorazione che sul dorso è di un azzurro-verdastro con riflessi metallici e presenta una serie di macchie trasversali sinuose, nere che lo fanno rassomigliare vagamente ad un piccolo rettile; per questo motivo viene anche denominato Lacerto.

Lanzardo

È un parente molto stretto dello Sgombro, quasi sempre confuso con esso. Il Lanzardo (*Scomber colias* – *Scomber japonicus*) ha le carni anch'esso compatte, saporite e nettamente grasse.

Lampuga

La Lampuga (*Coryphaena hippurus*) è uno dei più meravigliosi pesci che esistano; ha una livrea d'argento ed oro con il dorso azzurro ed indaco, e vive in tutti i mari caldi e temperati del mondo a notevoli distanze dalla costa. Una pesca regolare è fatta in Sicilia dove le Lampughe sono note con il nome di "Caponi" e dove la loro carne è molto apprezzata.

Aguglia

È un pesce che si distingue tra Aguglie (*Belone belone*) e Aguglie Imperiali (*Tetrapturus belone*), grosso pesce che rassomiglia al Pesce Spada; però, per la sua rarità, più che il gastronomo interessa il pescatore sportivo d'altura. Ha un caratteristico corpo affusolato con il muso simile alla punta di un ago si cuoce in court bouillon, in umido e, se piccola, in frittura. Se ne ricavano filetti di forma regolare e senza lisce, ma non è molto apprezzata per il colore verde, pur se del tutto innocuo, che prende la lisca centrale durante la cottura. In inglese "Garfish", in francese "Orphie", in tedesco "Hornhecht" e in spagnolo "Aguja". Altri nomi regionali: aguggia, becassin, agora, augela, auglia, acora, aco, auggia, acu di mari.

Alice (o Acciuga)

Acciuga (*Engraulis encrasicolus* Linnei) deriva dal genovese "anciùa" che è il latino volgare "apiùva" dal greco "ἀπύε". In inglese "Anchovy", in francese "Anchois", in tedesco "Anchovis" e in spagnolo "Boqueron". Altri nomi regionali: ancioa, anciova, aggiuva. Adatta per frittura o gratin oppure alla griglia se più grossa, ideale per la conservazione sott'olio e sotto sale. C'è un modo di dire: "l'acciuga è al fuoco", che

Bruno Pistoni consulente enogastronomico

designa una cosa presto fatta, poiché sul fuoco l'acciuga cuoce rapidamente. Se appena pescata è eccellente anche marinata cruda con succo di limone.

A Roma, una eccezionale prelibatezza, unica e inconfutabile è “pane, burro e alici”.

Rimanendo nel clima romanesco, Giuseppe Gioachino Belli dà un consiglio per le alici fritte:

“Voi frigge er pesce co lo strutto?!”

Eh zitto. Er pesce fritto in nell'ojo va cotto;

l'ojo è la morte sua p'er pesce fritto”.

Il grande Michelangelo, il 18 marzo 1517, consacrava l'alice in uno dei suoi più celebri menù, corredato di disegno esplicativo, nel verso di una lettera che indirizzava a Bernardo Niccolini:

una insalata

quattro pani

un bochal di tondo

e un quartuccio di brusco

un piattello di spinaci

quattro alice

tortelli

È di Giovanni Papini e Domenico Giuliotti la seguente menzione: “Senza testa, e tutte pigiate simmetricamente in un barile: perfetto simbolo dell'ideale socialista”.

Alaccia

(Sardinella aurita), in inglese “Gilt sardine”, in francese “Allache” e in spagnolo “Alacha”. Alcuni pescatori la utilizzano come esca per tonno e pesce spada. Simile alla sardina, ma di maggiore dimensioni, con una striscia giallo aurata lungo i fianchi, vive abbondante nelle acque calde prossime alla Sicilia. Si cucina come la sarda.

Sarda (o Sardina)

(Sardina pilchardus), in francese e in tedesco “Sardine”, in inglese “Pilchard” e in spagnolo “Sardina”. Un po' più grossa e più grassa dell'alice si prepara frita, in tortiera, alla griglia, nei sughi per pasta e riso oppure marinata cruda se freschissima.

Papalina (o Spratto o Serretta)

Bruno Pistoni consulente enogastronomico

(*Sprattus sprattus*), in francese e in inglese “Sprat”, in tedesco “Sprotte” e in spagnolo “Espadin”. Simile all’acciuga e alla sarda ma meno pregiata, si cucina alla griglia, al forno o, se gli esemplari sono piccoli, in frittura. Viene chiamata così perché si pesca in branchi numerosi lungo le coste della Romagna e delle Marche, un tempo territori dello Stato Pontificio.

Costardella

(*Scomberesox saurus*), in inglese “Saury”, in francese “Balaou”, in tedesco “Makrelenhecht” e in spagnolo “Paparda”. Simile all’Aguglia ma più delicata; si frigge o si griglia chiudendola di solito ad anello infilzandone il muso nella coda.

Sugherello (o Suro)

(*Trachurus trachurus* – *Trachurus mediterraneus*), in inglese “Horse mackerel”, in francese “Saurel”, in tedesco “Stöcker” o “Bastardmakrele” e in spagnolo “Jurel”. Di grandi dimensioni, può infatti arrivare ai 50 cm, vive di solito in acque profonde; simile allo sgombro è però meno grasso e più delicato e si cucina allo stesso modo. Appena pescato si può mangiare crudo come l’alice e la sardina.

Cicerello

(*Gymnamodytes cicerelus*) Ha un corpo molto allungato, simile a quello dell’aguglia e si cucina allo stesso modo.

Alosa

Può raggiungere e superare i 50 cm di lunghezza e ha un bellissimo colore blu dai riflessi verdastri. Risale i fiumi per la riproduzione e poi i piccoli nuotano di nuovo verso il mare. È migliore se pescata in acqua dolce e con le ovaie mature. Ha la carne un po’ liscosa e si cucina alla griglia, in casseruola o fritta, se di piccole dimensioni.

Agone

(*Alosa fallax lacustris*). È l’Alosa di acqua dolce che vive stanzialmente nei laghi prealpini perché rimasta “intrappolata” fin dai tempi geologici e adattatasi. Si trova sia nel lago di Como che in quello di Garda, dove viene localmente chiamato con i diversi, pittoreschi, nomi dialettali di Agun, Sardel, Cabiana, Antesitt o Antesin. Sul lago di Como una preparazione tipica sono i “missoltitt”, gli agoni essiccati.

Cheppia

(*Alosa fallax nilotica*), in inglese “Shad”, in francese “Alose feinte”, in tedesco “Mittelmeerfinte” e in spagnolo “Sabalo”. Simile all’*Alosa* (è detta anche “finta alosa”) ma meno pregiata, si distingue per una serie di macchie scure sul corpo.

Aringa

(*Clupea harengus*) il suo nome deriva dall’antico tedesco “hara = schiera, frotta”, per la caratteristica di riunirsi in banchi formati da numerosissimi individui. Si pesca nei mari freddi del Nord e sui nostri mercati è venduta di solito essiccata o salata, da spellare e lasciare a bagno nel latte per circa 12 ore perché diventi morbida e dolce. Le aringhe “grasse”, cioè quelle che sono ancora piene di prodotti sessuali, sono le più pregiate rispetto a quelle “vuote” diventando magre (si chiamano “guais”) perdendo valore commerciale e anche gastronomico.

L’aringa ha tanta popolarità nei paesi nordici perché è uno tra gli elementi più importanti della economia di diverse regioni. Da qui nascono alcune tradizioni pagane e stranissime: in Austria, ad esempio, viene servita nelle trattorie il mercoledì delle Ceneri, sotto l’appellativo di festino delle aringhe. L’aringa mangiata dalle ragazze prima della messa di mezzanotte a Natale servirà per trovare un marito, così in Svezia. In Sassonia invece la data da scegliere è la sera di Sant’Andrea e le ragazze dovranno sedere davanti l’uscio: il primo giovane che passerà sarà il probabile marito. Ecco ancora una virtù dell’aringa: in alcuni paesi della Germania basta appoggiarne una, spaccata, su di un porro perché questi sparisca subito.

“Sii benvenuta, o aringa, companatico della povera gente. Tu che ci sazi a tutte le ore e a tutte le ore ci bruci le budella. Tu che sei venuta dal mare, e andrai a finire sottoterra. Grazie alla tua forza meravigliosa cadono i boschi di abeti e vengono seminati i campi; sei tu che metti in moto quelle macchine chiamate servi e che non sono ancora diventate dei moti perpetui! O aringa maledetta, se non ci fossi tu, potremmo incominciare a reclamare carne di maiale dai padroni, e allora che ne sarebbe della nostra Finlandia?”

Bertolt Brecht

Rossetto

Bruno Pistoni consulente enogastronomico

È un minuscolo pesciolino con una macchiolina rossa sull'addome; si condisce in insalata oppure si cuoce fritto in pastella. Meno pregiato del "novellame" con il quale viene a volte confuso.

Novellame

Conosciuto anche con il nome dialettale di "bianchetti" o "gianchetti" (termine ligure) è costituito dai neonati (avannotti) dei piccoli pesci azzurri come sardina, acciuga, alosa ecc. Altri nomi regionali sono: biancomangiare (calabrese), nudini, pontine, palassiole, paranzoli, janculilli o cicirinielli (napoletano), sfigghiata (siciliano), falloppe, nunnata. Alla pesca, una volta tratti a terra si presentano come un insieme quasi gelatinoso. Il loro maggiore difetto è quello di non poter essere trasportati, crudi, a grandi distanze, data la fragile consistenza; in compenso hanno il pregio di avere un sapore finissimo e soprattutto quello di non dover essere sbuzzati: di questi pesci si mangia tutto. In Sicilia i piccoli della Triglia è la "trigliolina". Si possono pescare da metà gennaio a metà marzo e, dopo averli lavati in acqua salata, si cucinano sotto forma di frittata o di frittelle, oppure si gettano in acqua bollente salata, si scolano appena riprende l'ebollizione quindi si condiscono con olio e succo di limone.

Boga

(Boops boops).

Menola

(Spicara maena).

Zerro

(Moena smaris).

Pesce sciabola

(Lepidopus caudatus).

Pesce argentino

(Argentina sphyraena).

Potassolo o melù

Bruno Pistoni consulente enogastronomico

(Micromesistius poutassou).

Molva

(Molva molva).

Alletterato

(Euthynnus alletteratus).