



*La tradizione è
un'innovazione
riuscita.*

QUEL PESCE DIMENTICATO O FORSE NO

Specie povere stanno rientrando nei consumi degli italiani, ma non è tutto oro quel che luccica

Pubblicato da Elena Maccone

All'improvviso si accendono i riflettori sul pesce povero o dimenticato. Gli italiani contemporanei avevano sempre snobbato palamite, alici e compagnia cantante, preferendogli branzini, orate e tonni, come se il mare nostrum non avesse null'altro da offrire, ignorando l'esistenza di una varietà ittica ricca e variegata, pronta a risvegliare i sensi sopiti dai sapori omologati.

I trascurati pesci azzurri, detti anche poveri, hanno straordinarie qualità sia dal punto di vista organolettico sia da quello nutrizionale, grazie a un apporto di proteine di elevata qualità e a una particolare composizione dei grassi, ricchi di acidi polinsaturi (gli omega 3), che aiutano a prevenire le malattie cardiovascolari. Si definiscono "azzurri" i pesci dalla colorazione dorsale blu (a volte pure verde) e ventrale argentea come l'alice o acciuga, la sardina, l'alaccia, il cicerello, lo sgombro, lo spratto o papalina, l'aringa, l'aguglia, il sugherello ecc. Sono non solo sani, gustosi e versatili in cucina, ma anche a buon mercato perché si trovano soprattutto nel Mare Adriatico, e quindi nostrani che si possono acquistare freschissimi durante la gran parte dell'anno e nei mercati vicino ai porti.



Finalmente sembra che qualcosa stia cambiando nell'abitudini alimentari italiane, grazie a diverse iniziative, che in tutto il Paese hanno promosso le specie dimenticate, fanno capolino nella lista della spesa i pesci poveri. Ma se fino ad oggi non hanno avuto grande domanda perché dovrebbero aver successo oggi? Quali le ragioni per aver trascurato sugarello, suro, pesce sciabola, palamita etc per lungo tempo? Non si conoscono o non si sanno cucinare? Per non parlare della preoccupazione che una maggiore richiesta porti a far salire i prezzi, così come successe per telline, poveracce, canocchie...

A queste riflessioni è dedicata la puntata del Gastronauta in onda sabato 23 giugno alle ore 11:00 su Radio24. Intervengono:

GIULIO DE CAPITANI | Assessore all'agricoltura della Regione Lombardia

MAURIZIO ACAMPORA | Presidente Cooperativa Mare Nostrum di Viareggio

SILVIA GAMBACCINI | Biologa Marina, Coop. Aplysia di Livorno e Lega Pesca

GIOVANNI TRICCA | Presidente Camera di Commercio Arezzo, vice presidente Unioncamere Toscana e patron del ristorante La Balestra di Arezzo

LUCIANO ZAZZERI | Patron Chef Ristorante La Pineta a Marina Bibbona (LI)

FLAVIO CERIONI | Patron Alla Lanterna a Metaurilia di Fano (PU)

BEPPE GALLINA | Stand n.2, banco del pesce al mercato di Porta Palazzo Torino

MAURIZIO SIGNORINI | Patron Ristorante Azzurra Riccione

[RIASCOLTA LA TRASMISSIONE >>>](#)

Cosa ne pensate del pesce povero? Lo conoscete e mangiate oppure preferite altro? Fatecelo sapere lasciando un commento in bacheca, su Facebook o su Twitter, oppure chiamando in diretta il numero 800240024 o inviando sms al 349 2386666.

TAG: [pesce](#), [pesce azzurro](#), [pesce povero](#)