

VIACIALDINI

Pesce più presenza nei menù, come scegliere

Per i pranzi e le cene di Natale e Capodanno anche il pesce è più "italiano" Impresa Pesca: in forte salita la presenza del pesce locale a partire dalle alici e dalle vongole che saranno presenti in otto piatti su dieci nei menù.

Redazione



Per i pranzi e le cene di Natale e Capodanno anche il pesce è più "italiano" Impresa Pesca: in forte salita la presenza del pesce locale a partire dalle alici e dalle vongole che saranno presenti in otto piatti su dieci nei menu della vigilia mentre si abbandonano le mode esterofile del passato. Lo si legge in una nota stampa ufficiale diramata il 22 dicembre 2016 da Coldiretti nazionale, e che riportiamo integralmente.

"Per non cadere nelle trappole del mercato in una situazione in cui 3 pesci in vendita su quattro provengono dall'estero, il consiglio della Coldiretti - spiega la nota stampa - è di guardare l'etichetta sul bancone dove deve essere specificato il metodo di produzione ("pescato", "pescato in acque dolci", "allevato..."), il tipo di attrezzo oggetto della cattura e la zona di cattura o di produzione (Mar Adriatico, Mar Ionio, Sardegna, anche attraverso un disegno o una mappa). Per quanto riguarda il pesce congelato c'è l'obbligo di indicare la data di congelamento e nel caso di prodotti ittici congelati prima della vendita e successivamente venduti scongelati, la denominazione dell'alimento è accompagnata dalla designazione "scongelato". Per garantirsi la qualità il pesce fresco - ricorda la Coldiretti - deve avere inoltre una carne dalla consistenza soda ed elastica, le branchie di colore rosso o rosato e umide e gli occhi non secchi o opachi, mentre l'odore non deve essere forte e sgradevole".

"Infine meglio non scegliere i pesci già mutilati della testa e delle pinne mentre - continua la Coldiretti - per molluschi e mitili, è essenziale che il guscio sia chiuso. La varietà del pesce pescato o da allevamento offre opportunità per tutte le tavole anche restando sotto la spesa di 30 euro. Ad esempio con un primo, a base di pesce pescato sulle nostre coste, vede come antipasto alici marinate e lumache di mare (6 euro) e sauté di cozze e vongole (5 euro). Per primo, spaghetti o tagliatelle con polpa di granchio fresco (10 euro), mentre il piatto forte è rappresentato dalla zuppa o brodetto di pesce (9 euro) fatto di triglie, calamari, moli, tracine, seppie, canocchie, scorfanetti e gallinelle. Ma è possibile anche portare in tavola un menu italiano al cento per cento scegliendo il pesce proveniente dagli allevamenti di acquacoltura: come antipasto anguilla marinata (7 euro) e carpaccio di trota (3 euro), per primo pennette con sugo di trota salmonata (8 euro) e per secondo orata o spigola al forno con pomodorini e patate (12 euro).

Il settore della pesca e acquacoltura vede impegnate - precisa ImpresaPesca Coldiretti - circa 12mila imbarcazioni mentre la top-ten delle produzioni è guidata dalle alici, seguite da vongole, sardine, naselli, gamberi bianchi, seppie, pannocchie, triglie, pesce spada, gallinelle e sugarelli. La classifica delle produzioni per volume di fatturato vede invece primeggiare - conclude la Coldiretti - il nasello, davanti ad alici, triglie di fondale, seppie, gamberi bianchi, scampi, pesce spada, gamberi rossi, vongole, pannocchie e sogliole”.

I SEGRETI PER SCEGLIERE IL PESCE FRESCO

(Scheda proposta da Coldiretti ImpresaPesca)

1. a) Acquistarlo, laddove possibile, direttamente dal produttore che garantisce la freschezza del pescato;
 - b) Verificare sul bancone l’etichetta, che per legge deve prevedere la zona di pesca;
 - c) Verificare che la carne abbia una consistenza soda ed elastica, che le branchie abbiano un colore rosso o rosato e siano umide e gli occhi non siano secchi o opachi, mentre l’odore non deve essere forte e sgradevole;
 - d) Per molluschi e mitili, è essenziale che il guscio sia chiuso;
 - e) Meglio non scegliere i pesci già mutilati della testa e delle pinne.
- (www.localgenius.eu)

Redazione
(27/12/2016)

ViaCialdini è su <https://it-it.facebook.com/viacialdini> e su Twitter: @ViaCialdini - Sito internet: www.viacialdini.it