

I sapori Riscoperte

Il Mediterraneo – come racconta una nuova enciclopedia – offre più di seicento specie commestibili, ma gli italiani al mercato non vanno molto oltre i branzini a porzione e i filetti di cernia. **Così tocca ai grandi chef rilanciare quei tesori di gusto che ormai pochi sanno trattare: pesci-sciabola, tracine, scorfani, razze...**

Da salva-fame a piatto d'autore

LICIA GRANELLO

Benedetti incroci tra cibo e leggenda. Forse il cacciucco è stato inventato per aggirare l'editto della Repubblica fiorentina, che proibiva ai guardiani dei faritosciani di friggere il pesce (l'olio serviva ad alimentare la luce dei fari). Un ingegnoso guardiano livornese trasformò la vessazione in ricetta, creando un piatto gagliardo, nutriente, *carnalmente* goloso, pur con un minimo contributo di grassi. Forse i missoltini altro non sono che gli eredi delle sarde rimaste intrappolate nel lago di Como, quando il mare si ritirò dalla Pianura Padana. Una pratica ultrasecolare ha codificato la trasformazione in conserva salva-fame degli umili agoni: salati, essiccati e lasciati maturare tre mesi nei vecchi tini da vino (missoltit, messo nel tino).

Storie di ordinaria sopravvivenza alimentare, condite con un pizzico di magia che tutto rende più lieve. Quando scegliere il meglio (o il più comodo, facile, svelto) era impossibile, le ricette mettevano il vestito della festa a ingredienti poveri, ma non necessariamente mediocri. Al contrario, davanti a una montagna di acqua-fritte, a una pignatta di brodetto fumante, a un umido di gallinella ci si può leccare i baffi senza rimpiangere sogliole e branzini.

Il guaio è che il pesce povero è sempre più povero e dimenticato. Al di là della facile bellezza di un trancio di tonno, della plastica linearità della sogliola, dell'imme-

Pesce povero

diata accessibilità culinaria del filetto di cernia, facciamo finta che sui banchi di pescherie e mercati non esista altro.

Non ci basta, infatti, essere tra i paesi con il più basso consumo di pesce pro capite (poco più di sedici chili, contro gli ottanta delle varie carni), dato che fa inorridire dietologi e nutrizionisti. In nome del dio tempo e di una cultura alimentare a scarto ormai ridottissimo, evitiamo sistematicamente i pesci che ci creano il pur minimo imbarazzo al momento della preparazione.

Se è vero che il settantacinque per cento del pesce viene acquistato nella grande distribuzione, la richiesta ai banchi di super e iper è implacabile: orate monoporzione, anelli di totani decongelati (solo da calare nella friggitrice), tranci e filetti pronti per la padella. In base a questa pratica corrente, per cefali e aguglie, sugherelli e rosetti, non c'è futuro. Ma anche il commercio ha le sue brave colpe: ormai si contano sulle dita di una mano gli addetti disposti (o autorizzati) a pulire, consigliare, spiegare. Un poco meglio vanelle pescherie, dove però il rapporto qualità-prezzo lievita come un babà impazzito.

Ancora una volta, tocca alla cucina d'autore fare opera di riscoperta e promozione. In parte perché la riduzione dei costi delle materie prime fa comodo, in parte perché il mondo dei pesci *nobili* è stato esplorato in tutte le sue pieghe più nascoste. Ma soprattutto, molti pesci *poveri*, a saperli trattare si rivelano veri tesori di gusto. Così, lo storico Aldo Santini ha da poco pubblicato *Il cacciucco verso il 2000* per rivendicare la modernità della zuppa livornese, mentre il bistrattato pesce-sciabola negli ultimi anni ha goduto di alcune interpretazioni strepitose, dal *turbante* di Ciccio Sultano alla *parmigiana* di Gennaro Esposito.

Se invece avete un debole per i *crudi*, un altro chef a due stelle, il bergamasco Chicco Cerea, è autore (con fratello e cognato) del nuovissimo libro *Damare*, dove troverete quaranta ricette sfiziosissime e cento piccoli trucchi per non farsi ingannare dall'occhio di triglia. Tra incredibili capelli d'angelo con ricci di mare e gamberoni in carpaccio sul celeberrimo risotto della casa, scoprirete che gli spaghetti coi cacciarioli e il toast di alici con pan d'acchiughe non temono rivali. Palato e portafogli ve ne saranno grati.



L'appuntamento

Il 6 dicembre, a Palazzo Re Enzo di Bologna, convegno *Se solo i pesci potessero parlare*, dedicato alle frodi ittiche. Nell'occasione, verrà presentata la *Grande enciclopedia illustrata dei pesci*. Scritto da Paolo Manzoni e Valentina Tepedino, sotto l'egida della Fao, il volume illustra le oltre seicento tipologie di pesci e frutti di mare presenti sul mercato europeo

TURBANTE

Nell'immagine grande, il "turbante di pesce spatola" ideato dallo chef Ciccio Sultano nel ristorante Duomo di Ragusa



STORIA ILLUSTRATA PER RAGAZZI

9° VOLUME
Il Basso Medioevo



visita il sito: <http://ed.espresso.repubblica.it/storiaillustrata>

È IN EDICOLA. la Repubblica L'espresso

Se hai perso una delle precedenti uscite rivolgiti al tuo edicolante di fiducia o al servizio clienti 199. 744. 744 (02.60732459 per chi chiama da telefoni pubblici o cellulari). Il costo massimo della telefonata da rete fissa è di 14,26 cent di euro al minuto + 6,19 cent di euro alla risposta, IVA inclusa.

Opera composta da 24 libri.

itinerari



Sabino Loffredo è titolare dell'azienda "Pietracupa", nella campagna avellinese, dove vengono coltivati vitigni autoctoni come aglianico e falanghina. Il suo greco di tufo, perfetto per la parmigiana di pesce-bandiera, è tra i migliori sul mercato

Mandello (Como)



Adagiato in riva al lago di Lecco, su una penisola dominata dalle pareti e dai torrioni della Grigna, è un borgo turistico di origini romane, famoso per le sete delle sue botteghe artigiane. I pescatori del Lario continuano la tradizione dei missoltini

DOVE DORMIRE
B&B DELL'ACQUA BIANCA
Via dell'Acqua Bianca 1
Tel. 0341-735807
Camera doppia da 60 euro, colazione inclusa

DOVE MANGIARE
SALI E TABACCHI
Piazza San Rocco 3
Tel. 0341-733715
Chiuso lunedì sera e martedì, menù da 25 euro

DOVE COMPRARE
ITTICA LARIANA
Via Novegolo 3 Abbazia Lariana
Tel. 0341-733173

Livorno



Si scrive con cinque "C" la parola che battezza la zuppa di pesce povero toscano. Nel cacciucco sono almeno cinque i pesci & affini protagonisti: gallinella, polpo, scorfano, palombo, razza

Tra i cultori, il livornese doc Carlo Azeglio Ciampi

DOVE DORMIRE
HOTEL AL TEATRO
Via Maier 42
Tel. 0586-898705
Camera doppia da 130 euro, colazione inclusa

DOVE MANGIARE
DA GALILEO
Via della Campana 20
Tel. 0586-889009
Chiuso mercoledì e domenica sera, menù da 30 euro

DOVE COMPRARE
PESCHERIA AVANZONI
Via dell'Ardenza 123
Tel. 0586814494

Seiano (Napoli)



Popolarissima, nella costa a sud di Napoli, la cucina di pesce povero. A cominciare da uno dei piatti della tradizione partenopea, la "mesca francesca", pasta mista spezzata, con pesci di paranza. Molto apprezzato il pesce-bandiera

DOVE DORMIRE
IL GIARDINO DELLE NOCI
Via Cocurullo 2 Località Preazzano
Tel. 081-8024103
Camera doppia da 50 euro, colazione inclusa

DOVE MANGIARE
L'ACCANTO DEL GRAND HOTEL ANGIOLIERI
Via Santa Maria Vecchia 2
Tel. 081-8029161
Senza chiusura, menù da 50 euro

DOVE COMPRARE
ITTICA MAESTRALE
Via Nicotera 14 Vico Equense
Tel. 081-8015440



Cefalo

Sei le tipologie sul mercato, di cui tre pregiate. Il dorato si riconosce per il colore e le squame che arrivano fino al naso, la bosega mostra un poderoso labbro superiore, la volpina - dalle cui ovaie si ottiene la bottarga - ha occhi sporgenti e palpebre adipose



Pesce-sciabola

Assume nomi diversi nelle varie regioni del Sud - anche spatola e bandiera - il lunghissimo pesce argentato diffuso tra basso Tirreno e stretto di Messina. Le sue carni sono pregiate e gustose: sfilettato e spellato, è protagonista di ricette squisite



Scorfano

Brutto ma buono, il campione delle scorpenide (da cui l'altro nome, scarpene) che esalta le zuppe di pesce. Colore da brunastro a rosso brillante (tipologia scrofa), carni percorse da numerose lisce, ma sode, saporite, pronte a reggere l'urto del pomodoro



Gallinella

Detta anche cappone, comune nel mar Adriatico, esibisce un fiammante color rosso con macchie bluastre. Come lo scorfano, è molto apprezzata nelle zuppe per le sue carni gustose. Aperta sul ventre, come le sarde, è ottima cucinata sulla brace



Luccioperca

Può superare il metro di lunghezza il pesce grigio-verdastro che anima le acque dei laghi italiani (ma anche di quelli scandinavi, russi e asiatici). Ha carni fini, bianche, delicate, esaltate da cottura breve in burro e salvia. I filetti si appoggiano sul risotto

Il proletariato del mare dove l'unione fa la forza

MARINO NIOLA

Vengono a galla nei momenti di austerità, quando bisogna risparmiare su tutto senza mortificare il gusto. Sono i pesci poveri, quelli che non hanno quarti di nobiltà. Che non esibiscono la loro carne impassibile, il loro ventre immacolato in sushi, sashimi, carpacci e tartare. Che non frequentano i piani alti della gastronomia se non come servi umili, ma insostituibili, di sua maestà il gusto. Pesci di famiglia li chiamavano a Genova perché destinati alla servitù, a differenza dei pesci per la tavola che erano quelli destinati ai signori.

Sono una folla sconosciuta, di cui quasi nessuno si ricorda i nomi. Sono gli attori non protagonisti, un lungo elenco che scorre distattamente nei titoli di coda dell'arte culinaria. Alose, alacce, cefali, suaci, lampughe, latterini, suri, bisi, spratti, schie, gritte, musdee, moleche, boghe, menole, sciabole, spatole, salpe, sparaglioni, lutrini, ghiozzi, alletterati, aguglie, razze, cepole, zeri, gronghi, palamiti, lucerne, cocci, tracine.

Sono il quarto stato del mare. Presi uno per uno fanno difficoltà a farsi riconoscere per quel che valgono. Messi insieme sono irresistibili. Mai come nel loro caso l'unione fa la forza. Quella irresistibile delle zuppe e dei cacciucchi affollati come acquari. O quella pluralista dei brodetti generosi e democraticamente assortiti. Per non dire della fragranza strepitosa dei fritti, capace di trasformare la minutaglia, la paranza, il fondo anonimo della rete in un contrappunto di sapori degno di Monteverdi. Che copre di gloria i corpicini magri e spinosi dei guizzanti scugnizzi degli abissi avvolgendoli di un'aureola dorata che ne esalta le virtù nascoste.

È così che gli ultimi diventano i primi. Come nel racconto evangelico, dove i pescatori sono gli ultimi fra gli uomini, ma proprio fra loro Cristo - il cui acrostico greco corrisponde a Ichthys, che vuol dire pesce - sceglie il suo successore. E per le folle di diseredati che lo seguivano, il Messia moltiplica pane e psaria. Che in greco, prima ancora di significare il pesce, indicava semplicemente il companatico. Per la stessa ragione, le persone appena convertite al cristianesimo venivano chiamate pisciculi, cioè pesciolini. Lo dice Tertulliano rendendo assolutamente trasparente l'analogia tra i poveri della terra e quelli del mare.

Poveri ma belli però. E indispensabili. Perché senza questi modesti comprimari la cucina di pesce sarebbe stata come una città senza popolo. Solo crudi di branzino, scampi marinati e orate al sale. Una noia mortale. Mentre è l'antico genio popolare, qualche volta perfezionato, spesso spiato dai grandi cuochi dei palazzi e delle corti, che ha trasformato l'indigenza in piacere. Semplicità, misura, saper fare. Da questa triplice combinazione nascono le nostre cattedrali gastronomiche. Capolavori come il saor veneziano, le parmigiane di pesce bandiera, o spatola, le seppie con i piselli, le tortiere di alici, le pizze di alletterato, i carpinioni di lampuga. Per non parlare dell'affumicato di ficama-schio, un merluzzo maremmano, che sin nel nome fa pensare a un ermafrodito mitologico, a uno di quegli esseri favolosi usciti da un antico bestiario e che forse è parente alla lontana dell'androgino di Platone. Una goccia di limone, un filo di extra vergine e il successo del simposio è assicurato.



Agone

Ha carni delicate e saporite il pesce d'acqua dolce dai bei riflessi azzurro-verdi. Poco conosciuto da fresco, è apprezzato e ricercato nella versione essiccata, secondo un'antica pratica dei pescatori del lago di Como, dove prende il nome di missoltino



Latterino

È lungo meno di una spanna il pesciolino d'acqua dolce e salmastra che si muove in fitti banchi lungo tutto il Mediterraneo e l'Atlantico. Trionfante nelle fritture (i più piccoli si mangiano per intero), sul mercato si trova anche con il nome di acquadella



Razza

Una famiglia - quella delle raje - con un ampio ventaglio di varietà: ben duecento, di cui diciassette nel nostro mare (bianca, spinosa, a coda corta, maltese, maculata, ondulata...) Si utilizzano le ali filettate, da poggiare sulla griglia dalla parte della pelle



Palombo

È uno slanciato squaliforme del Mediterraneo. Lische praticamente assenti, al di là della colonna vertebrale, tranci di piccole dimensioni (altrimenti si tratta di spinaroli o verdesche, comunque gradevoli), carne gustosa, ideale da cucinare in umido



Tracina

Temuta dai bagnanti per le sue spine velenose (spesso infatti la si trova nascosta nella sabbia), in compenso vanta carni bianche, eleganti e deliziose. Per evitare punture dolorose è sufficiente tagliare la pinna dorsale, prima di filettarla

SHORT STORIES: RUDYARD KIPLING. GLI ELEFANTI DANZANO. IL TUO INGLESE FA PRODIGI.

PICCOLI CAPOLAVORI IN INGLESE CON TESTO ITALIANO A FRONTE E NOTE LINGUISTICHE. UTILI PER LA SCUOLA. A SOLI € 2 IN PIÙ.

ascolta i racconti in inglese su www.espressonline.it/shortstories

IN EDICOLA IL 20° RACCONTO. A SOLI € 2 IN PIÙ CON la Repubblica + L'Espresso

A GRANDE RICHIESTA LE SHORT STORIES CONTINUANO. DA VENERDÌ 28 NOVEMBRE OSCAR WILDE.

Se hai perso una delle precedenti uscite rivolgiti al tuo edicolante di fiducia o al servizio clienti 199.744.744 (02.60732459 per chi chiama da telefoni pubblici o cellulari). Il costo massimo della telefonata da rete fissa è di 14,26 cent di euro al minuto + 6,19 cent di euro alla risposta, IVA inclusa.