

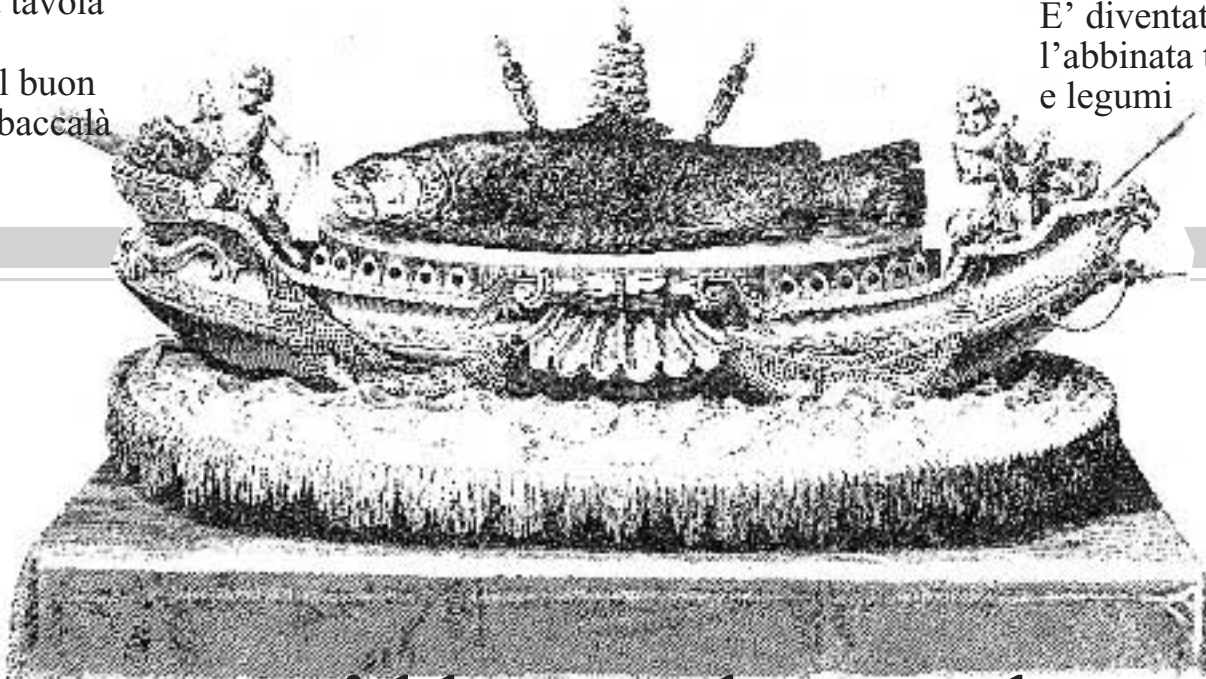
**P**esce, fortissimamente pesce. Con la tradizione di non mangiare carne sulla tavola trovano posto legumi formaggi e pesce azzurro cosiddetto "povero", reperibile cioè a buon mercato. Ora però non è raro trovare menu che comprendono anche crostacei e frutti di mare. Protagonista assoluta del desco natalizio è l'anguilla, che vanta innumerevoli ricette in Emilia, grazie a Comacchio, in provincia di Ferrara, dove si trovano i migliori esemplari d'Italia. Le preparazioni più semplici prevedono cotture allo spiedo o alla griglia, aromatizzata solamente con foglie di alloro. L'alta presenza di grasso rende inutile l'utilizzo di olio o burro. Quando viene saltata in padella, è abitudine bagnarla con aceto, affinché si perda l'eccesso di unto che al palato risulterebbe sgradevole. Nella provincia di Ravenna si prepara il brodetto, aromatizzando il fondo con cipolla e prezzemolo, e portando a cottura il tutto con acqua e pomodoro. Nella versione da antipasto l'anguilla è proposta marinata, dopo essere stata fritta, ed addizionata di succo di limone, aglio tritato, salvia, completando il tutto con sale e pepe. In Toscana la ricetta prevede anche l'aggiunta di peperoncino. Uno dei piatti che ha fatto la felicità di molti buongustai sono le "cieche", anguille piccolissime, appena nate, che nel passato erano preparate in frittata oppure saltate in padella con olio extravergine di oliva, salvia ed aglio. E' un piatto oggi vietato, poiché proibita la pesca di simili esemplari, a causa dei problemi di riproduzione.

Tra i pesci di tradizione un posto importante spetta al baccalà, che da sempre è considerato il pesce dei cittadini, reperibile tutto l'anno perché poteva essere conservato e trasportato senza eccessivi problemi. Durante la cena della vigilia, venivano abolite preparazioni troppo elaborate: più facile vederlo proposto semplicemente lessato ed accompagnato da un filo di olio, oppure cucinato in inzimino, insieme cioè a spinaci e bietole. Fra i primi piatti meno famosi, tanto per non citare spaghetti e risotti alla pescatora, da segnalare la minestra di arzilla, tipica proposta romana, vecchia di qualche secolo. Il pesce è la razza cosiddetta "pietosa", che è cotta in acqua aromatizzata con gli odori. Le carni, una volta pronte, vengono tolte per essere consumate come secondo piatto, mentre la testa e la lisca vengono ributtate nell'acqua per rendere il brodo ancora più saporito. La zuppa quindi segue un procedimento classico: soffritto di odori, dove vengono posti ad insaporire i broccoli, insieme all'acciuga ed al pomodoro. Nel brodo, che viene aggiunto in seguito, si cuoce poi la pasta, del tipo "ave maria", un formato particolarmente adatto al periodo. Difficile trovare oggi queste ricette nei menu dei ristoranti. Ancora più complicato avere in casa una nonna o una zia in grado di preparare piatti che non trovano posto sulla tavola nel resto dell'anno. Per questo motivo

“ Tra le novità più intriganti il sushi e i carpacci Ma sulla tavola compare sempre il buon vecchio baccalà

*il Pesce*

Ha fatto scuola la passatina di gamberi e ceci lanciata dallo chef del Gambero Rosso di San Vincenzo. E' diventata di moda l'abbinata tra crostacei e legumi



## Anguille e brodetti ma con l'occhio al sushi

Lo volete fresco? Deve avere squame brillanti, occhio vivido e consistenza soda

**N**el valutare la freschezza del pesce sono da considerare vari aspetti: si parte dalla pelle, che deve apparire unita, compatta, dai colori lucenti. Le squame, oltre ad avere un aspetto brillante, devono risultare aderenti al corpo: se sono facilmente staccabili il pesce avrà già iniziato un processo di alterazione. L'occhio dovrà essere vivido e turgido. Le branchie saranno umide e di colore rosso vivo: quando invece la colorazione sarà grigia e risulteranno asciutte, dimostreranno di aver passato troppo tempo fuori dall'acqua. A livello tattile, la consistenza dovrà essere soda, il corpo rigido ed elastico,

mentre l'odore dovrà essere quasi assente. Un lieve sentore marino sarà il requisito essenziale, poiché se troppo pronunciato, con odori che ricordano l'ammoniaca, il pesce avrà già cominciato il processo di decomposizione. Nel caso dei crostacei vale una sola regola: vanno acquistati vivi, poiché solo così si ha la certezza che non sia cominciato un processo di alterazione dovuto alla rapida azione dei microrganismi. Meglio sarebbe se continuassero a muoversi. La colorazione esterna tenderà ad ossidarsi una volta a contatto con l'ossigeno dell'aria, diventando di una tonalità più scura.

la proposta gastronomica riguarda più facilmente prodotti di maggior pregio, cucinati in maniera semplice, e rispondenti ad un gusto più moderno.

Di gran moda, allora, cominciare il pasto con il "sushi" all'italiana, pesce crudo affettato e condito semplicemente con sale e pepe. Tra le varietà più gettonate c'è il tonno e la spigola, ma non mancano anche esempi di molluschi come polpetti o calamari. Fra gli chef emergenti che si distinguono per la varietà della proposta c'è Moreno Cedroni, de "La Madonnina del Pescatore" di Senigallia, a capo di una delle associazioni più dinamiche del settore, quella degli "Jeunes restaurateurs d'Europe". Nel suo locale è possibile gustare abbinamenti inconsueti, come il filetto di canocchia con piccole verdure, tanto per citare un esempio, ma sono divertenti gli arditi abbinamenti che poco hanno a che vedere con i piatti usuali come l'unione tra cioccolato e specialità ittiche. Tornando a specialità meno innovative, la preparazione delle acciughe fresche marinate nell'antipasto fa parte dei "must" natalizi. Succo di limone, sale e pepe, per iniziare, e poi tante erbe aromatiche a completare, insieme ad un filo di olio. Insieme alle sardine, poi, le acciughe vanno a comporre salse adatte a condire spaghetti in bianco o anche pasta all'uovo, come i tagliolini. La moda imperante nei locali cosiddetti "di pesce" è quella del carpaccio, termine improprio che indica il pesce sfilettato, affettato sottilmente e marinato: immancabile il salmone, risultano godibili anche il pesce spada e lo storione. La versione preparata con il pesce affumicato è meno affascinante: meglio allora stare sul tradizionale, e gustare tali preparazioni con pane tostato e burro, al fine di godere appieno degli elementi aromatici presenti.

Tra i primi piatti, l'abbinamento tra crostacei e legumi ha fatto scuola. Precursore del genere è stato Fulvio Pierangelini, del Gambero Rosso di San Vincenzo, con la sua passatina di ceci e gamberi, una delle ricette moderne che vanta innumerevoli tentativi di imitazione. Anche i fagioli e le lenticchie trovano un giusto contraltare nelle mazzancolle, oppure negli scampi, senza dimenticare l'ottimo risultato dei frutti di mare come le vongole e le cozze. In una versione laziale della pasta e fagioli è infatti prevista la presenza delle arsele, a conferma che anche nel passato si apprezzava questo tipo di connubio. Nei secondi vige maggiormente l'utilizzo di cotture tradizionali, arrosto o alla griglia: più difficile proporre il fritto, particolarmente laborioso da preparare, mentre la lessatura è indicata per i pesci di grosse dimensioni. Le sperimentazioni ardite, come l'impiego di rete di maiale, lardo o pancetta per accompagnare i crostacei sono accantonate per l'evento natalizio. Meglio un più tranquillo pesce cotto in forno, cosparsa di sale grosso, dove l'unica preoccupazione sarà trovare un buon olio extravergine di oliva.

Viticoltori Colline Arno Siere  
**Cantina V.I.C.A.S.**



**Auguri di Buone Feste a tutta la clientela.**



Bellosguardo  
I.G.T.  
Vino bariccato



Montulico  
Chianti  
Rufina  
D.O.C.G.

**VENDITA DIRETTA**

vino imbottigliato; vino sfuso bianco, rosato, rosso e olio tipico della zona

**La Bottega del Vino**

via Lisbona, 39 - Pontassieve (FI) - Tel. 055 8315277



Antichi sapori della Garfagnana:  
Salumi, Formaggi, Farro IGP,  
Farina di Neccio DOP, Funghi, Confetture, Mieli,  
Biscotti, Pasta.

Per informazioni e prenotazioni:

**LA GARFAGNANA S.R.L.**

Produzione e commercializzazione prodotti tipici

Via E. Fermi, 25 - 55032 Castelnuovo di Garfagnana (LU)

Tel. 0583.644344 - Fax 0583.644146

Cell. (Sig. Nazzareno) 335.5757974

**Auguri di Buone Feste.**



**LA BUCA DELLE FATE**

Cucina tipica toscana:  
Pici - Zuppa di pane  
Funghi - Cinghiale  
Chiuso il Lunedì

53026 PIENZA (SI) - C. Il Rossellino, 38/4

Tel. 0578 748 448 / 0578 748 272

www.paginegialle.it/bucadefate



CONSORZIATO

GLOBAL SERVICE



LA CARROZZERIA AUTORIZZATA

ASSISTENZA PER OGNI SINISTRO  
AUTO SOSTITUTIVA - BANCO RISCOURO  
POSSIBILITA' DI FINANZIAMENTI  
PERSONALIZZATI  
CARRO ATTREZZI 24 ORE: 336 677481

*Auguri alla gentile clientela*

Via Livorno, 8/15 - Firenze  
Tel. 055 7326052 - Fax 055 7328399