

LA RUBRICA

TRADIZIONI@CUCINA

PIATTO POVERO CON SEPIE E CALAMARI

di CRISTINA BURCHERI

LA RICETTA

Boreto de asià

Ingredienti 1 kg asià, 4 spicchi d'aglio, 5-6 cucchiari di olio d'oliva, sale, pepe abbondante, aceto bianco.

Preparazione In una casseruola, a fuoco forte, fate annerire l'aglio. Toglietelo e collocate l'asià tagliato a tranci, salare e pepare. Rosolare il tutto, bagnare con l'aceto lasciandolo evaporare. Coprire con l'acqua calda e restringere. Servire con polenta bianca.

Tra i prodotti del mare più tradizionali di primavera e d'autunno ci sono le seppie ed i calamari. In questi due periodi dell'anno la seppia, mollusco cefalopode dal corpo ovale e caratterizzato da una pinna da cui sporge il capo e una decina di tentacoli, risale i fondali avvicinandosi alla costa per deporre le uova che ancora agli scogli affinché non vengano portate via dalle correnti marine. Dalle uova nasce una seppiolina che, in 6 mesi, raggiunge i 100 gr. di peso ed è nota come sepa de barena.

Vicine alle coste seppie e calamari diventano facile prede per i pescatori, che le catturano con reti e nasse. Lis sepis dell'Alto Adriatico sono le più ricercate: più piccole di quelle del mar

Tirreno, sono anche più saporite. Primavera o autunnali che siano, Giuseppina Perusini Antonini, raccogliendo in "Mangiare e ber friulano" (FrancoAngeli Editore) numerose ricette friulane ottocentesche ci spiga come cucinarle: "Si preparano levando la penna l'interno della bozza (questa conchiglia interna è comunemente detta osso di seppia), gli occhi e lo stomaco, lasciando la vescichetta gialla, levando la nera. Da noi" - distingue - "non si usa cucinarla come a Venezia con la vescica nera (l'inchiostro). Le seppie richiedono breve cottura". Se tipiche sono le seppie "storico", in Fvg, è il boreto a la graisana. Questo piatto è il protagonista di una rassegna

gastronomica che si tiene nei ristoranti dell'Isola del Sole fino a fine novembre. Un tempo, i pescatori gradesi vivevano quasi stabilmente in laguna, nei casoni tornando sulla terraferma solo in occasione di Natale, Pasqua e per il Perdòn de Barbana (celebrato la prima domenica di luglio). L'economia degli abitanti dei casoni e la loro cucina si basava ovviamente sulla pesca: il pescato migliore veniva venduto al mercato, il resto lo si utilizzava per il boreto. Un piatto povero che, come sostiene una folta schiera di chef gradesi, non necessita di alcun tipo di guarnizione, se non un po' di polenta bianca. Per informazioni dettagliate: www.istorantidelcastrum.it

