

## Alalunga

**Nome Scientifico:** *Thunnus Alalunga*  
**Dialetto Siciliano:** *Alalonga*

L'alalunga è un pesce pelagico della stessa famiglia del tonno. Il nome deriva dalle lunghe pinne pettorali falciformi che arrivano fin dietro la seconda pinna dorsale.

Il corpo è fusiforme, il peduncolo codale molto sottile, le squame, di tipo cicloide, più grandi nella parte anteriore, dove formano il caratteristico corsaletto. Le pinne dorsali sono due. La prima ha quattordici raggi spinosi, la seconda quattordici o quindici raggi molli, i primi tre dei quali sono semplici e gli altri forcuti. La pinna anale ha le medesime caratteristiche della seconda dorsale ed entrambe sono seguite rispettivamente da sette-nove e da sette-otto pinnule. Come in tutti i tonnidi, la pinna codale è falciforme. Le pinne pettorali presentano come detto, uno sviluppo accentuatissimo: l'inserzione è anteriore a quella della pinna dorsale e l'apice supera la seconda dorsale. I denti sono corti e conici.

La colorazione è azzurro cupo sul dorso, bluastra ai lati, argentea sul ventre; il bordo posteriore della coda è bianco e le pinne sono grigie. L'alalunga si nutre di pesce azzurro come sardine ed alici, nonché di cefalopodi.

È una specie gregaria che si riproduce in estate, da luglio a

settembre e raggiunge la maturità sessuale dopo 6 anni di età (a circa 85 cm); vive in media 8 anni.

L'alalunga è una specie pelagica, molto socievole e che pertanto ama andarsene in giro per il mare in foltissimi branchi al largo della costa in profondità e risale in superficie nelle stagioni più tiepide. Effettua grandi migrazioni in rapporto alla riproduzione e durante l'estate si avvicina alla piattaforma continentale.

Nei mari italiani è regolarmente presente, abbondante nel mare di Sicilia, più rara in Adriatico; generalmente nuota con individui della sua stessa taglia al di sopra del termocline e non si spinge oltre i 100 m di profondità.

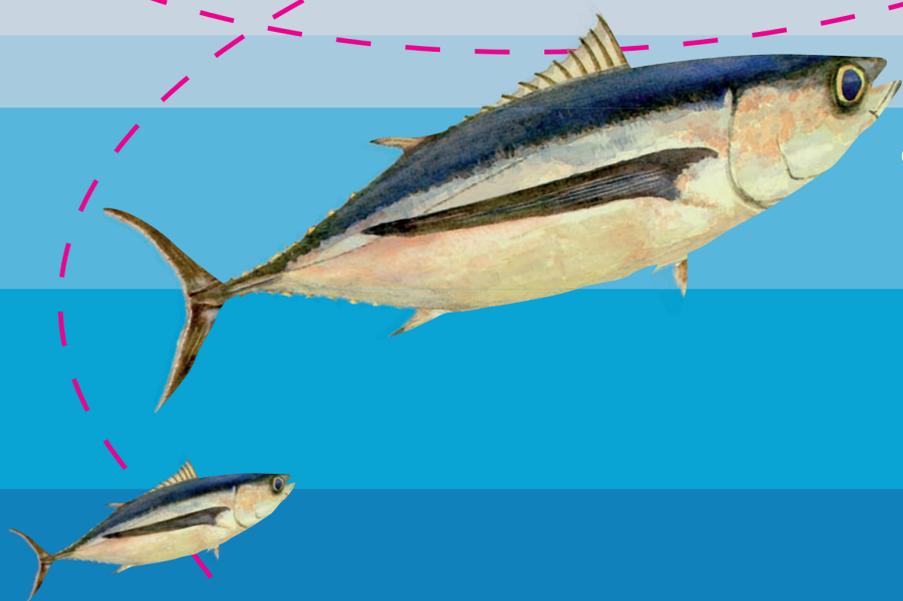
L'alalunga viene pescata con i palangari in Basso Adriatico, Ionio e in tutto il Tirreno.

Può essere pescata anche con reti fisse (tonnare) e con reti mobili lunghe 500 m chiamate "alalungare".

La carne dell'alalunga è bianca (per questo che viene anche chiamata tonno bianco).

Il periodo migliore per consumarla è settembre-ottobre, quando ha recuperato le energie perse per la riproduzione.

Collezione le ricette



## Boga

**Nome Scientifico:** *Boops Boops*  
**Dialetto Siciliano:** *Uopa*

La Boga è un pesce dal corpo slanciato, con muso breve ed occhi grandi; la bocca è piccola e obliqua, con una serie di denti acuti. Il dorso è verde olivastro, la linea laterale è color bruno scuro e sui lati del corpo si possono notare quattro strisce gialle; una piccola macchia nera si trova sulla parte alta della base delle pinne pettorali, le pinne sono bianche.

La Boga è un pesce molto comune e vive generalmente in branchi a media profondità. Spesso, però, si avvicina alla costa e lo si può trovare su fondi rocciosi e sabbiosi, ma più frequentemente su fondi ricchi di vegetazione, dove può arrivare anche a soli due metri di profondità.

La boga di solito preferisce alimentarsi dopo il tramonto, mentre se stanziali, mangia anche di giorno, con una particolare preferenza per le ore del tardo pomeriggio, in presenza di mare calmo e condizioni meteo normali. Si nutre di plancton, di piccoli crostacei, alghe e piccoli pesci.

Si riproduce da febbraio ad aprile in Mediterraneo orientale e da aprile a maggio in Mediterraneo occidentale; è un pesce ermafrodita, in genere prima è femmina poi diventa maschio e raggiunge la maturità a circa 12 cm di lunghezza.

La boga è un pesce demersale, vive cioè nei pressi del fondo, comunissimo nei nostri mari, si riunisce in branchi in zone sabbiose, lungo la costa rocciosa e sulle praterie di fanerogame marine.

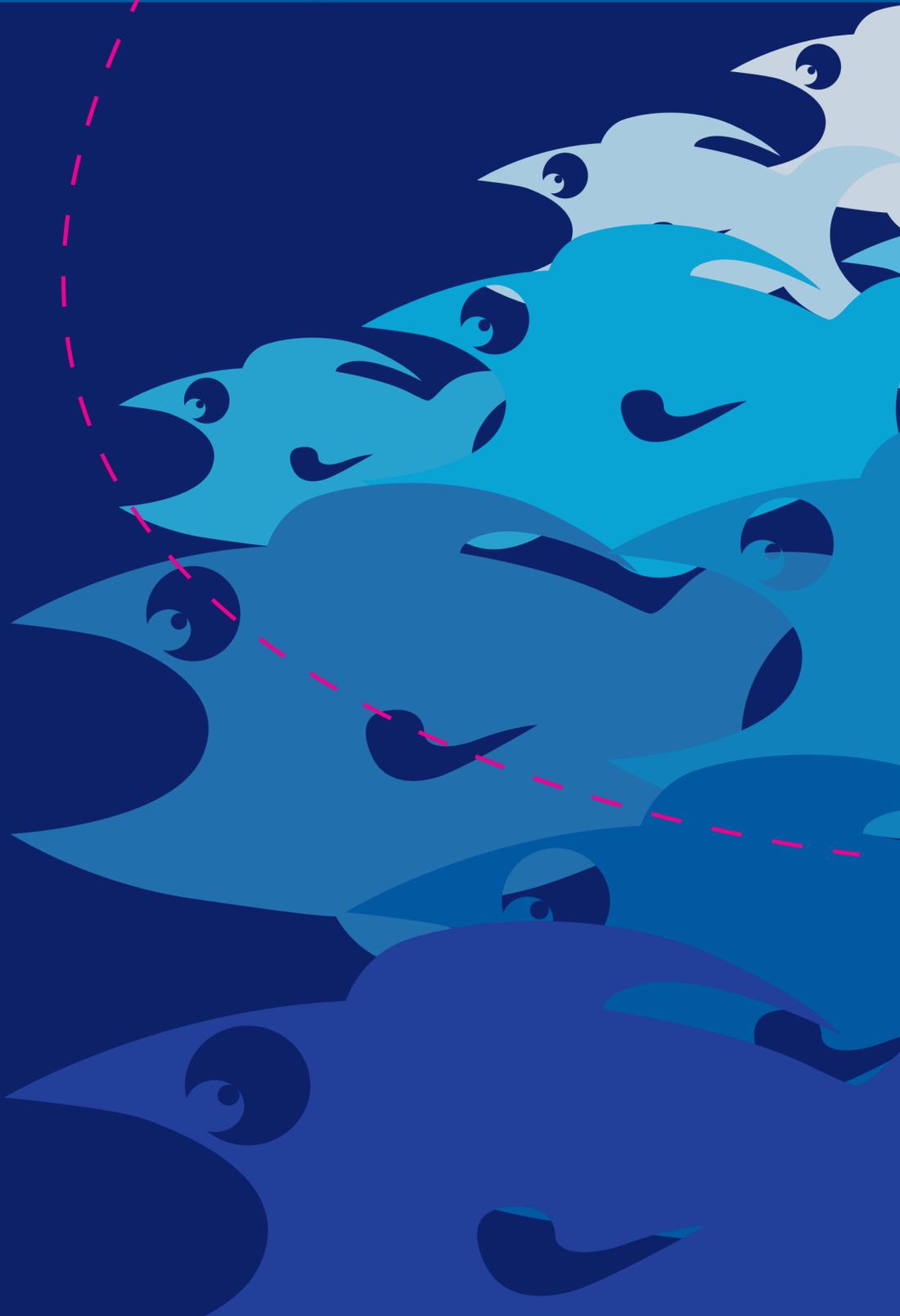
È comune in Mediterraneo, Adriatico, Mar Nero, Atlantico orientale e nella Manica.

Durante la notte vive in prossimità della superficie, mentre di giorno resta più vicina al fondo.

Nei mari italiani non si spinge oltre i 250 m di profondità.

La boga viene pescata in mare aperto con le lampare (rete a circuizione), con reti a strascico, reti pelagiche, palamiti e spesso la si ritrova intrappolata nelle nasse; abbocca facilmente anche a lenze a mano. È pescata soprattutto da pescatori sportivi ma viene catturata anche con le reti da posta. Le sue carni sono buone se consumate dopo breve tempo dalla morte del pesce altrimenti il contenuto dell'intestino va in putrefazione conferendo all'animale un cattivo odore.

Collezione le ricette



## Acciuga

**Nome Scientifico:** *Engraulis Encrasicolus*  
**Dialetto Siciliano:** *Anciova*

L'acciuga è un pesce pelagico di piccole dimensioni (generalmente di 12-15 cm) e costituisce uno dei maggiori rappresentanti del pesce azzurro.

È una specie dalle abitudini gregarie e migratorie; si muove in branchi molto numerosi che si avvicinano alle coste nelle stagioni calde, attirati dalla presenza di plancton di cui si nutrono.

Il pigmento che ricopre il corpo, coperto da squame iridescenti, dà all'insieme del branco una luce azzurro-argentea caratteristica.

L'alice è molto comune nei nostri mari: per buona parte dell'anno vive vicino alla costa soprattutto durante il periodo riproduttivo (aprile-settembre), mentre nelle stagioni fredde si sposta a profondità maggiori; ogni femmina emette fino a 40.000 uova.

Si adatta bene a sbalzi di salinità dell'acqua e per questo spesso la troviamo anche nelle lagune, negli stagni salmastri o negli estuari.

La sua abbondanza è proporzionale alla quantità di cibo disponibile; in Mediterraneo è abbondante in Adriatico, nel canale di Sicilia e nel Golfo di Genova.

La pesca avviene tutto l'anno con sciabiche da terra, con reti da

posta, ma soprattutto con reti da traino pelagiche dette "volanti" e con particolari reti a circuizione chiamate "ciancioli" e "lampare": quando i banchi di alici si radunano sotto le luci proiettate dalle barche sulla superficie del mare, ha inizio la manovra di accerchiamento.

La pesca è molto abbondante soprattutto nel periodo della posa delle uova, che nel Mediterraneo avviene fra maggio e settembre.

L'alice, ed il pesce azzurro in genere, è un alimento adatto a soddisfare le esigenze di tutta la famiglia, dai più piccoli ai più anziani, sia per il valore nutrizionale che per le sue carni gustose.

L'alice è considerata un pesce semigrasso, oltre all'apporto di proteine di elevata qualità, presenta una particolare composizione dei grassi, ricca di acidi grassi insaturi, fra i quali ve ne sono alcuni capaci di ridurre il livello del colesterolo nel sangue; una dieta ricca di questo tipo di alimenti allontana il rischio di malattie cardiovascolari. L'acciuga si trova in commercio fresca, congelata, salata, sott'olio, in salsa e in pasta; allo stato fresco ha una carne bianca e gustosa che si adegua a qualsiasi genere di cottura, risultando sempre fragrante.

Collezione le ricette



## Branzino

**Nome Scientifico:** *Dicentrarchus Labrax*  
**Dialetto Siciliano:** *Spigola*

La spigola, il pesce dalle branchie in vista, mentre il nome "spigola" deriva dalla spina preopercolare molto acuta e tagliente ("spigolo"). È un pesce dal corpo robusto e allungato che può raggiungere un metro di lunghezza e un peso di 10 Kg; ha il dorso scuro e il ventre bianco ed i fianchi argentei.

Il muso è appuntito, la bocca è grande e la mandibola, munita di denti aguzzi, è leggermente prominente; sull'opercolo ci sono due spine.

Negli adulti il colore di base è argenteo, negli avannotti il dorso ed i fianchi sono ricoperti di punti neri (cromatofori).

È un pesce solitario da adulto e gregario da giovane; è un veloce predatore che si nutre di pesci, soprattutto latterini, crostacei e cefalopodi. La spigola vaga da sola o in gruppo lungo la costa rocciosa predando soprattutto nelle ore notturne.

È un pesce bianco, come l'orata, il rombo ed il San Pietro.

Si riproduce nei mesi invernali tra gennaio e marzo; è stata frequentemente documentata nel periodo di "fregola" la presenza di un singolo individuo di sesso femminile, in genere di grandi dimensioni, vicino al fondale (profondità in genere inferiore a 10

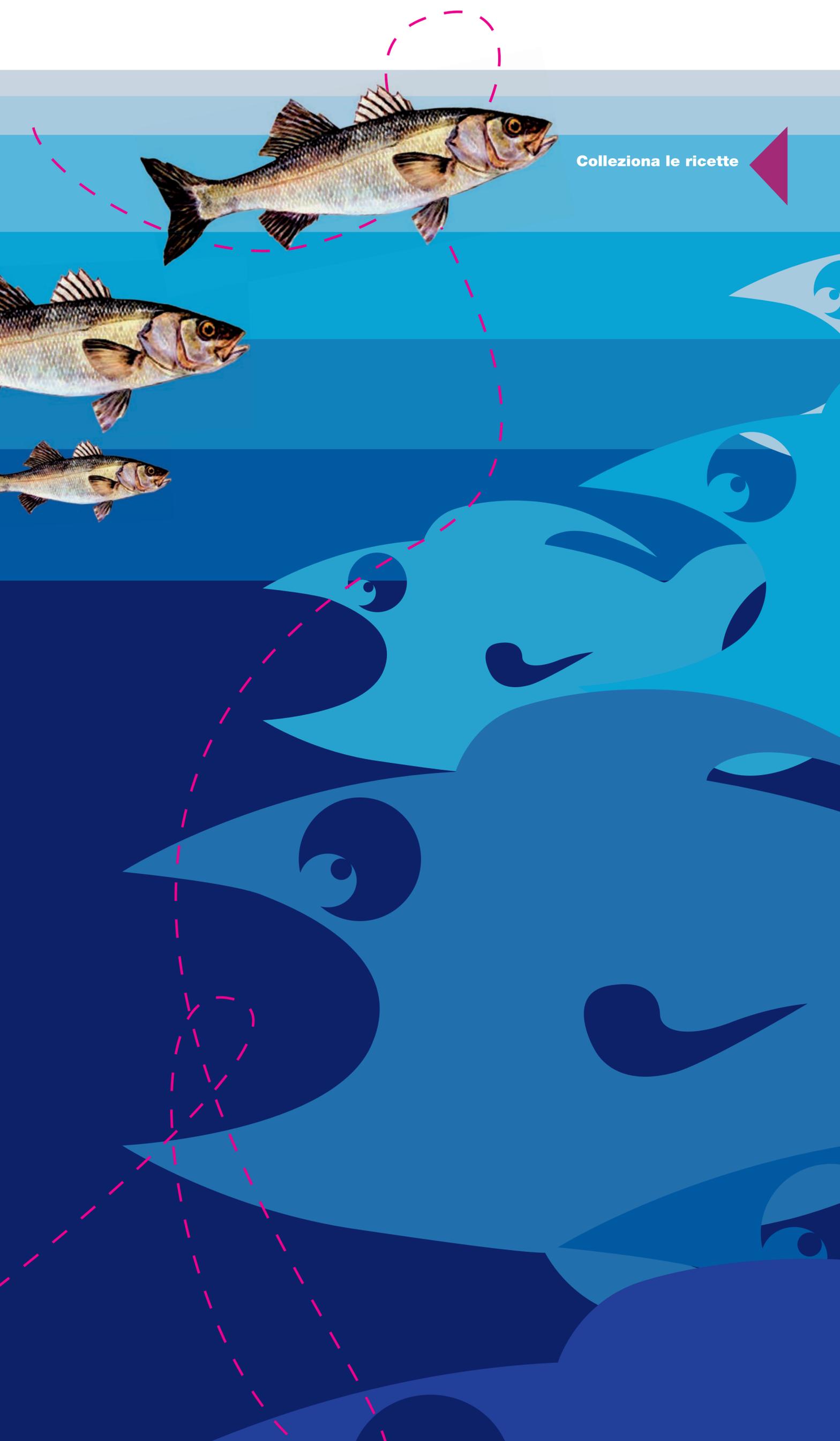
metri) e attorniato da un gruppo di decine di maschi di dimensioni inferiori al chilogrammo. Dopo solo tre giorni di incubazione si schiudono le larve.

Le spigole che vivono nelle lagune, valli da pesca e stagni sardi hanno un'alimentazione naturale e sono catturate quando tornano al mare per la riproduzione. Sono ottime e hanno sapore diverso in funzione della salinità delle acque: sono molto delicate quelle delle valli a bassa salinità e hanno un gusto più saporito quelle degli stagni sardi.

Possiamo distinguere diverse tipologie di spigole: le spigole selvatiche, che vivono in mare e sono pescate in piccole quantità sia dalla pesca sportiva, sia con ami e reti da posta in modo professionale, sono di ottima qualità, anche se il sapore è diverso da una zona all'altra. Lo si può trovare su qualsiasi tipo di fondale, da quelli rocciosi alle praterie di Posidonia oceanica, tipica vegetazione intensa del Mediterraneo.

Viene pescata con reti da posta, lavorieri e tremagli, ma anche con lenze e raramente con reti a strascico.

Collezione le ricette



## Lampuga

**Nome Scientifico:** *Coryphaena Hippurus*  
**Dialetto Siciliano:** *Capone*

La lampuga è un pesce azzurro appartenente alla famiglia dei Cori-fenidi. In Sicilia è conosciuta anche con il nome di "capuni" (a al plurale, "capuna").

La Lampuga è una specie migratoria diffusa nelle acque tropicali e subtropicali di Atlantico, Pacifico e Indiano. È presente anche nel Mar Mediterraneo. Appare sulle coste soltanto al tempo della deposizione delle uova (in autunno).

È una specie pelagica riconoscibile per la forma caratteristica: di colore grigio-argenteo, tendente al giallo, nei maschi adulti sulla nuca si trova una specie di gobba e subito dietro ad essa si inserisce la pinna dorsale che costituisce una sorta di "criniera", la pinna anale è più breve e bassa, la coda è simmetrica con ampi lobi.

Una volta pescata, i colori si affievoliscono immediatamente.

Durante lo sviluppo la colorazione ed il profilo del muso cambiano notevolmente, i giovani hanno colori più decisi e non presentano la gobba sul dorso.

Pesce epipelagico vive in alto mare, occasionalmente si avvicina alle coste seguendo le navi; agilissimo nuotatore e predatore si muove in piccoli gruppi e cattura pesci e calamari, presente in tutto il Mediterraneo, raro nel Nord-Adriatico, frequente nei mari attorno

alla Sicilia; preferisce acque con temperature superiori ai 20 C°.

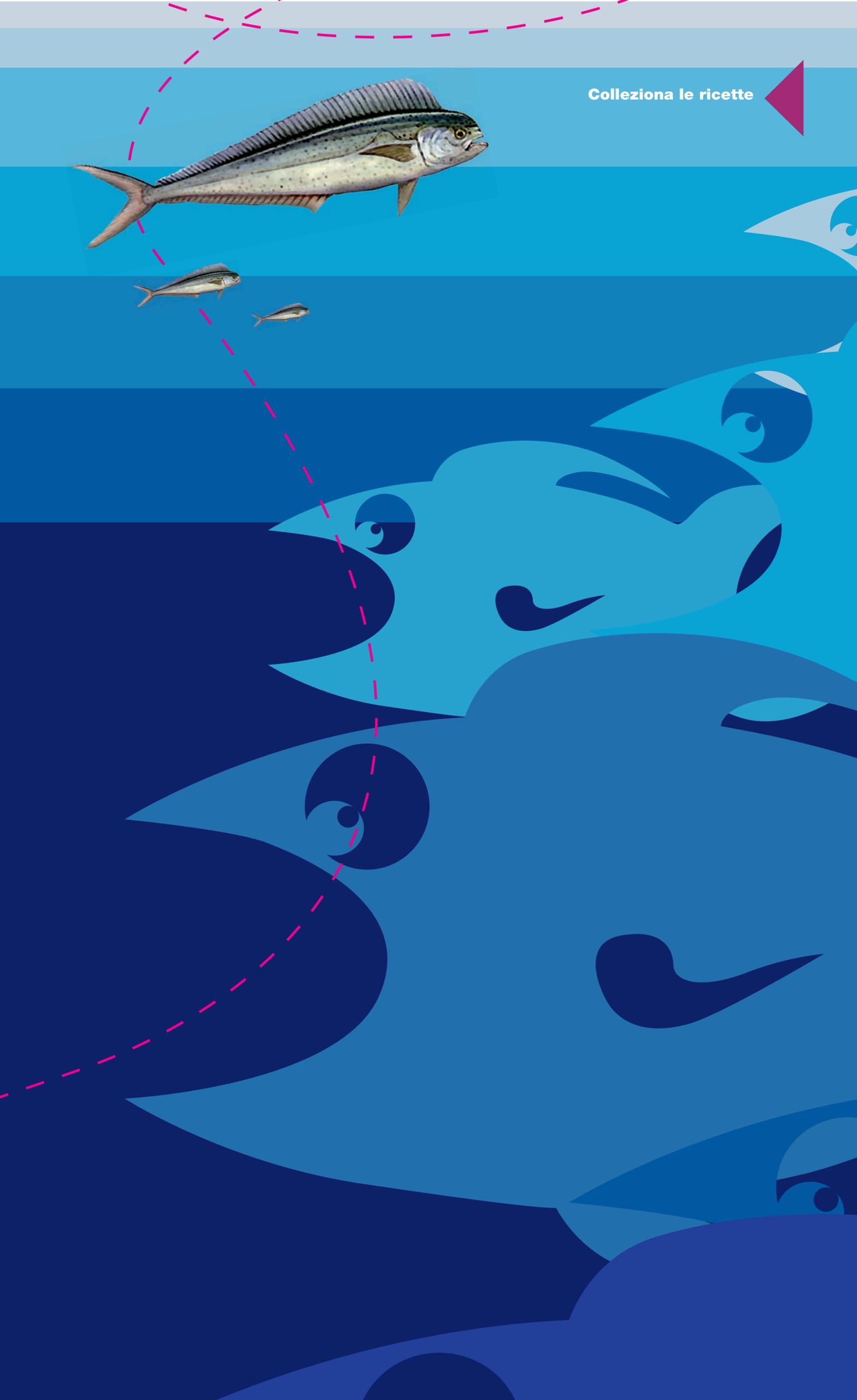
Si avvicina alle coste in primavera, nel periodo della riproduzione. Si ciba di piccoli pesci, specialmente di quelli che abitano gli strati superiori dell'acqua, e principalmente delle diverse specie di pesci volanti. È nota ai pescatori per la sua voracità. La lampuga presenta un accrescimento molto rapido nel primo anno di età. La maturità sessuale è raggiunta entro il primo anno di vita.

Animale estremamente veloce, la sua fuga caratterizzata da piccoli salti che portano il pesce a fuoriuscire dall'acqua mostrando la sua livrea variopinta.

La sua carne è molto apprezzata e ben pagata: questo pesce è oggetto di pesca commerciale e ambita preda di pesca sportiva.

Le lampughe, che a volte entrano anche nelle tonnare, vengono catturate con reti da posta in superficie o con reti a circuizione. Amano sostare all'ombra di oggetti galleggianti in piccoli gruppi, conoscendo questa abitudine i pescatori siciliani hanno escogitato un sistema singolare di pesca ancorando in mare aperto numerosi fasci di foglie di palma chiamati "cannizzi", le lampughe vi si radunano sotto e possono essere facilmente pescate dopo essere state circondate con le reti.

Collezione le ricette



## Nasello

**Nome Scientifico:** *Merluccius Merluccius*  
**Dialetto Siciliano:** *Mirruzzu*

Pesce affusolato che può raggiungere e a volte superare gli 80 cm di lunghezza; il capo è ampio e piuttosto appiattito, la bocca è larga e munita di denti aguzzi e taglienti, le pinne dorsali differiscono fra loro: la prima triangolare ha pochi raggi, la seconda di altezza inferiore si sviluppa per buona parte del dorso; pinna caudale triangolare di colore grigio argentato.

Il ciclo biologico del nasello è conosciuto soprattutto per quanto riguarda l'Adriatico: i naselli adulti vivono a profondità elevate 100-200 m, in Adriatico nei pressi della fossa di Pomo; la riproduzione avviene tutto l'anno e dalle profondità si ha l'emissione verso la superficie di uova da parte degli adulti, ogni femmina ne emette diversi milioni. Dalle uova planctoniche si sviluppa la larva, i giovani naselli conducono una vita pelagica predando soprattutto crostacei. Con la crescita migrano in profondità e cambiano alimentazione, pesci e cefalopodi entrano a far parte della loro dieta; raggiunta la maturità sessuale si insediano sui fondali più profondi.

Il nasello è sottoposto ad un'intensa pressione di pesca; grazie al suo particolare modo di vita riesce comunque a mantenere una popolazione relativamente abbondante. Gli adulti sfuggono alla cattura con le reti e assicurano un costante incremento della popolazione, tuttavia questa specie è oggi minacciata, soprattutto in

Adriatico, per la recente diffusione della pesca con i palamiti di profondità ai quali abboccano soprattutto gli adulti e per lo strascico che con le moderne tecnologie si spinge fino alle aree di riproduzione un tempo non raggiungibili.

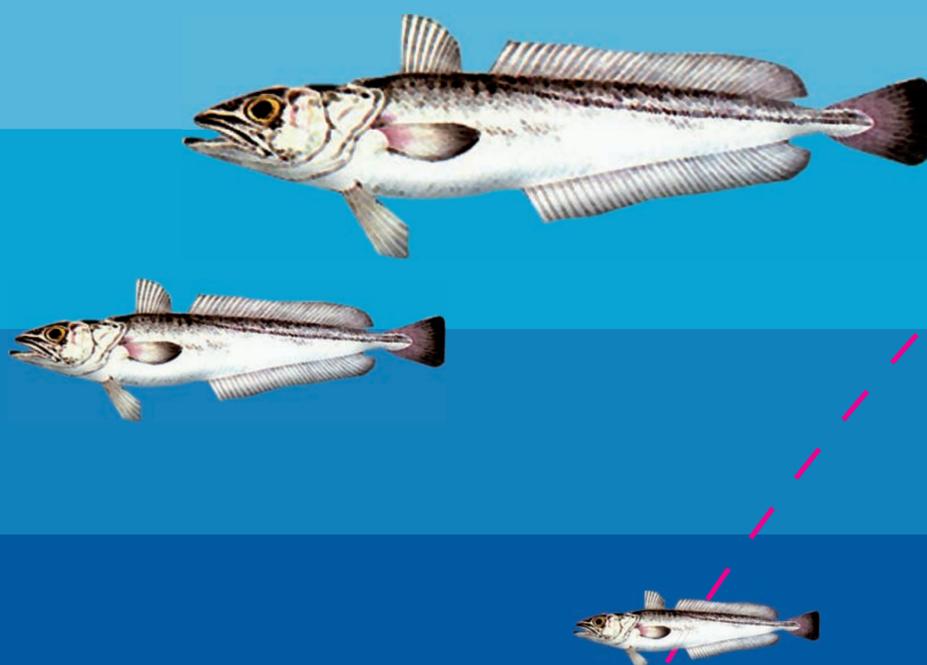
È una specie necto-bentonica, presente in tutti i mari italiani, dove vive a profondità variabili da 70 a 700 m. La distribuzione batimetrica del nasello cambia in relazione all'alimentazione ed alla riproduzione. Il nasello è una specie longeva, può raggiungere 20 anni di età e più di un metro di lunghezza.

Il nasello mediterraneo è la più importante specie commerciale per diverse marinerie italiane; si pesca con reti da traino, tremagli di profondità e palamiti. Il pescato è composto prevalentemente da giovani; quelli di taglia grande sono catturati al di sotto dei 200 m di profondità.

Ha carni bianche e delicate, si può consumare fresco o congelato; il consumo da fresco offre più garanzie rispetto all'origine.

Vi è una specie africana senegalese molto simile venduta di solito congelata. In molte regioni italiane viene chiamato "merluzzo", non deve essere però confuso con il merluzzo del Mare del Nord venduto di solito essiccato con il nome di baccalà o stoccafisso.

Collezione le ricette



## Occhiata

**Nome Scientifico:** *Oblada Melanura*  
**Dialetto Siciliano:** *Ucchiata*

L'occhiata è un pesce appartenente alla famiglia degli Sparidi simile al sarago, ma dal corpo più allungato, dal profilo ellittico e con una evidente macchia nera a forma di sella sul peduncolo codale, orlata di bianco anteriormente e posteriormente.

Il colore è argenteo con strisce longitudinali evanescenti, punteggiata di scuro. Una macchia nera orlata di bianco è ben visibile sul peduncolo caudale.

È un pesce di taglia medio piccola, può arrivare a una lunghezza di trenta centimetri e a sette-ottocento grammi di peso.

Il corpo è ovale e compresso ai lati, il profilo è leggermente convesso. La bocca è obliqua e dà all'animale un'espressione eternamente scontenta. Il diametro degli occhi è circa metà dell'altezza del capo; la bocca è obliqua, con labbra molli; le mascelle sono uguali ed ognuna ha diverse file di denti, che sono incisivi nella parte frontale e aguzzi e conici ai lati. Nella parte anteriore di entrambe le mascelle sono presenti quattro file di piccoli denti granulari.

Le pinne pettorali sono acute e se ripiegate in avanti superano di poco la lunghezza del capo; i lobi della coda sono appuntiti e la linea laterale è ben marcata.

Si nutre prevalentemente di erbe, ma non disdegna neppure piccoli animali che vivono sul fondo e rifiuti organici.

Si riproduce nella tarda primavera e le larve rimangono nel plancton fino a estate inoltrata. Quando si riproduce, da aprile a giugno, assume un colore bruno violetto scuro; i sessi sono separati, ma ci sono casi di ermafroditismo. L'occhiata è un pesce onnivoro, che si nutre in prevalenza di piccoli invertebrati come crostacei, molluschi e vermi e anche di alghe.

L'occhiata è un pesce costiero che vaga in gruppo lungo le coste rocciose, su fondi sabbiosi e nelle praterie marine, nuota a mezz'acqua e spesso si avvicina alla superficie. I giovani, lunghi pochi centimetri, si trovano frequentemente in superficie nella zona di risacca. È una specie comune in tutto il Mediterraneo e nei mari italiani, soprattutto in Sicilia ed in Adriatico.

L'occhiata viene pescata con nasse, tremagli, sciabiche, lenze e palamiti, ha carni di buon pregio, ma un po' asciutte.



Collezione le ricette



## Ricciola

**Nome Scientifico:** *Seriola Dumerilii*  
**Dialetto Siciliano:** *Leccia*

È un pesce bello, lungo e affusolato come un siluro. Il profilo è leggermente ricurvo, il muso è arrotondato ed è caratterizzato da un'espressione severa, quasi corruciata. Le mascelle giungono sino alla metà dell'occhio. Le scaglie sono molto piccole: lungo la linea laterale ce ne sono da 150 a 180, secondo gli esemplari. Le pinne dorsali sono due e la prima è molto più piccola della seconda. La pinna anale, anche se un poco più piccola, è simile alla seconda dorsale. La pinna caudale è profondamente forcuta. Il dorso è blu o grigio argento, i fianchi sono più chiari e il ventre è bianco argento. Lungo i fianchi corre un'iridescenza dorata e dorata è pure l'occhio degli individui giovani, che sono gialli con strisce scure verticali. È visibile anche una diffusa macchia scura sul capo, subito dietro gli occhi.

Può raggiungere i due metri di lunghezza e i cinquanta sessanta chili di peso. È carnivora e la riproduzione avviene in primavera e all'inizio dell'estate, secondo le zone.

La Ricciola è comune in tutto il Mediterraneo e nell'Atlantico meridionale. È un pesce d'alto mare, pur non disdegnando la luminosità della superficie. Solitamente incrocia al largo, in piccoli branchi,

inseguendo i piccoli pesci azzurri, di cui si ciba. La si può trovare a 200 metri di profondità, subito sotto il pelo dell'acqua, secondo gli umori del momento, secondo le correnti dominanti e secondo le quote a cui si trova il pranzo più appetitoso e più abbondante. Alle rive si avvicina solo in primavera e nella tarda estate. Nel periodo degli amori la Ricciola sente il bisogno di acque un poco più calde ed allegre, adatte ai riti sessuali e alla deposizione delle uova. Ecco che seguendo la strada della sua continua migrazione la Ricciola compare all'improvviso in prossimità delle coste, soprattutto al largo delle punte rocciose che si incuneano nel mare e sulle secche. Il suo incontro è comunque più facile al Sud che al Nord, nelle isole (Sardegna e Sicilia comprese) piuttosto che in continente. Prevalentemente la ricciola è catturata nell'ambito della pesca sportiva. È infatti una delle prede più ambite per i pescatori sportivi sia di superficie che subacquei. Il metodo di pesca da superficie più diffuso è quello a traina con mulinello, mentre per la pesca subacquea con fucile il metodo più efficace è quello dell'aspetto o agguato con fucile subacqueo ad aria compressa o ad elastico (tipo arbaete).

Collezione le ricette

## Sarago Comune

**Nome Scientifico:** *Diplodus Sargus*  
**Dialetto Siciliano:** *Saracu*

Il sarago è un pesce dal corpo ovale, alto e compresso lateralmente; la bocca è leggermente protrattile e munita su ciascuna mascella di 8 incisivi nella parte anteriore; la forma dei denti rivela le abitudini alimentari del sarago, che utilizza i molari per sbriciolare il corpo delle prede.

La colorazione del dorso è grigio-brunastra, corpo argenteo, con due bande nere verticali ben definite, una in prossimità delle branchie e una nella parte posteriore del corpo, appena prima della base della pinna caudale. Un'ulteriore banda nera, meno marcata, è presente in corrispondenza degli occhi: è questa la caratteristica che lo distingue da altre specie di saraghi. Lungo i fianchi si notano 7-9 linee dorate e sulla coda è evidente una fascia nera;

Questi pesci sono diffusi nel Mar Mediterraneo e nell'Oceano Atlantico orientale, dove vivono in fondali rocciosi o misti, dalle acque costiere fino ad una profondità di 100 metri.

Benché i saraghi, e in particolare il *D. sargus*, ambita preda dei cacciatori subacquei, trovino principalmente rifugio in tane poste ad una certa profondità, quando le condizioni di tranquillità ambientale lo consentono, nella ricerca di cibo (la principale risorsa sono i ricci che vengono tritirati con un idoneo apparato dentario) frequentano la fascia prossima alla battigia, avvicinandosi notevolmente alla superficie. Ne è una riprova la presenza predominante di

resti di sarago accertata nell'alimentazione del falco pescatore (*Pandion haliaetus*), che cattura i pesci artigliandoli al volo senza tuffarsi.

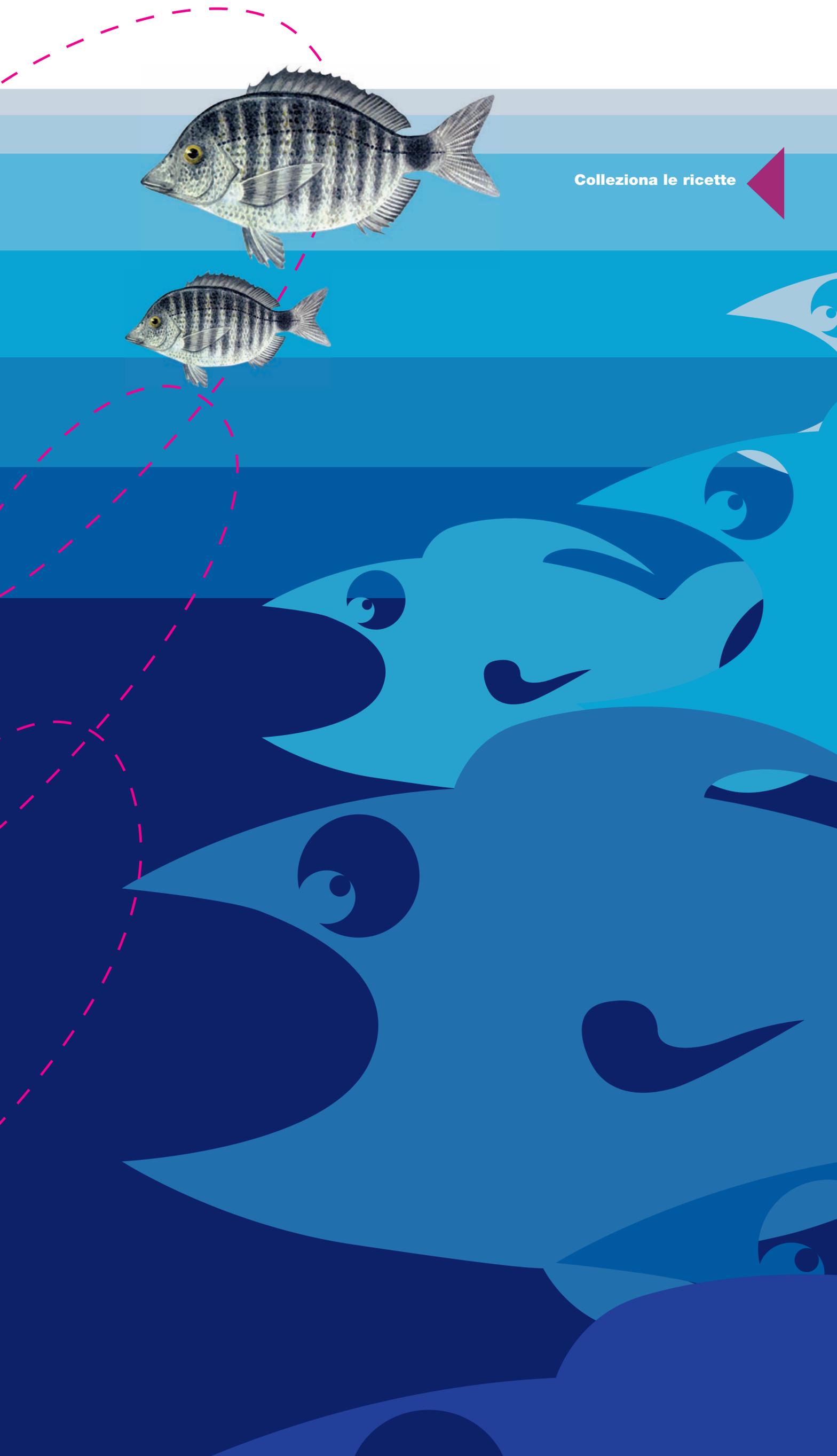
Il sarago si distingue in: sarago faraone (*Diplodus cervinus cervinus*) ha 5 larghe bande scure sui fianchi; il sarago maggiore (*Diplodus sargus sargus*) presenta 8-9 fasce trasversali scure sui fianchi, ed è tra i saraghi il pesce più pregiato. Il sarago pizzuto (*Diplodus puntazzo*) ha 6-7 bande verticali scure intervallate da altre più sottili e più chiare, e fra i saraghi ha le carni più tenere, ritenute di gran pregio; infine il sarago sparaglione (*Diplodus annularis*) ha una colorazione grigio-argentea con sfumature giallastre e pinne ventrali gialle.

Il sarago comune è una specie di taglia medio piccola, di norma infatti ha una lunghezza di 20 cm, vive in branco e si nutre di alghe, crostacei ed altri invertebrati.

Il periodo riproduttivo in Mediterraneo è in autunno, da settembre a novembre; è ermafrodita e durante la fregola il capo diventa blu con una fascia frontale di colore bruno.

La pesca del sarago è fatta con attrezzi da posta quali nasse, palangari di fondo, con lenze, reti da posta, è pescato principalmente nel Tirreno, in Sardegna ed in Sicilia.

Collezione le ricette



## Sardina

**Nome Scientifico:** *Sardina Pilchardus*  
**Dialetto Siciliano:** 'A sairda

La sardina, notissimo pesce azzurro, è una specie pelagica costiera dalla forma slanciata e snella; essa presenta la mascella inferiore leggermente più sporgente di quella superiore, squame abbastanza grandi e pinna caudale appiattita con biforcazione pronunciata; si notano delle strie sugli opercoli argentati.

La colorazione del dorso è azzurro-verdastra, con fascia azzurra sui lati, mentre i fianchi ed il ventre sono bianco-argentei; lungo i fianchi possono essere presenti alcune macchiette nerastre.

Vi sono differenze di colore e di sapore a seconda dei mari italiani: in Adriatico le sardine hanno un colore più verdastro sul dorso, mentre quelle tirreniche sono più azzurre.

La riproduzione avviene tutto l'anno, ma l'intensità massima si verifica in inverno; ogni femmina emette 50-80.000 uova; la sardina depone nel Mediterraneo durante tutto l'anno, mentre in altri mari, meno temperati, la posa avviene solamente nei mesi primaverili ed estivi. Il novellame viene chiamato "bianchetto". Si nutre generalmente di plancton, piccoli molluschi e uova di altri pesci.

Molto simile alla sardina è lo spratto o papalina (*Sprattus sprattus*), più compresso lateralmente e senza strie sull'opercolo; di taglia più grande sono l'alaccia (*Sardinella aurita*) e l'alosa o cheppia (*Alosa fallax*). La sardina mediterranea è un Clupeide che raramente supera i 20 cm di lunghezza, quelle comunemente pescate si aggirano attorno ai 15 cm.

Le sardine sono un pesce azzurro abbondante lungo le nostre coste ed è un piccolo migratore: nel periodo della riproduzione si riunisce in banchi che si avvicinano alla costa e restano in prossimità della superficie; nei mesi invernali si allontana e si rifugia in acque profonde e più al largo.

Si trova fino a 180 m di profondità, ma vive generalmente tra i 25 e i 35 m di giorno, mentre di notte si spinge fino a pochi cm dalla superficie.

È comunissima in tutto il Mediterraneo; la pesca avviene anche in Atlantico, dal sud delle isole Canarie fino alla Norvegia, così come lungo le coste occidentali dell'Inghilterra.

Collezione le ricette

## Sgombro

**Nome Scientifico:** *Scomber Scombrus*  
**Dialetto Siciliano:** *Scurmu*

Lo sgombro è un pesce azzurro di medie dimensioni dal corpo fusiforme, che conduce vita pelagica. La colorazione di base sul dorso è blu-verde, con linee trasversali di andamento irregolare e di colore nero marcato; i fianchi ed il ventre sono bianco-argentati, con nessuna macchia.

Le due pinne dorsali sono ben separate tra loro e possono essere ripiegate all'indietro e alloggiare in appositi solchi.

Lo sgombro è un pesce gregario, ma spesso caccia individualmente; si nutre in primavera di pesci e cefalopodi.

Durante il periodo riproduttivo, da maggio a luglio, digiuna poi successivamente inizia nuovamente a nutrirsi di piccoli pesci, specialmente di sardine e spratti.

Depone le uova in estate. La deposizione avviene all'interno dei numerosissimi banchi che forma, tra marzo e agosto, a seconda della zona. Le uova, gialle e sferiche (1,2-1,4 mm di diametro), si schiudono dopo 6-7 giorni. Le larve, alla lunghezza di 6 mm, assorbono il sacco vitellino e possiedono mandibola già munita di denti.

Gli sgombri sono sessualmente maturi dalla lunghezza di 24-30 cm.

Lo sgombro è presente in tutto il Mediterraneo, Mar Nero, lungo le coste atlantiche dell'Europa e dell'America settentrionale. Vive in banchi molto numerosi con individui della sua stessa taglia presso la superficie o a media profondità, fino a 200 m; in primavera-estate si sposta vicino alla costa, mentre in inverno si sposta nelle acque più profonde e mangia meno. Durante il periodo riproduttivo vive in prossimità della costa.

Si cattura principalmente di notte con reti a circuizione impiegando fonti luminose (lampare o ciangioli). Lo sgombro viene pescato anche con reti da posta e con reti da traino pelagico (volanti) e abbocca facilmente anche alle esche dei pescatori sportivi.

Lo sgombro è un pesce apprezzato per la morbidezza delle sue carni, bianche, dal sapore forte, abbastanza grasse.

Molto apprezzato dai mercati del sud Italia, è importante per la dieta per l'alto contenuto di vitamine e sali minerali, nonché per la presenza di acidi grassi Omega 3.

Collezione le ricette



## Tonno

**Nome Scientifico:** *Thunnus*  
**Dialecto Siciliano:** *Tunnu*

Il tonno è una specie pelagica gregaria e migratrice che si sposta più vicino alla costa nelle stagioni calde.

Il corpo è fusiforme piuttosto panciuto, ricoperto da una pelle molto spessa; le pinne, molto robuste, sono adatte al nuoto veloce. La colorazione è blu scura sul dorso e grigio-argentina sui fianchi. Può raggiungere i 3 m di lunghezza e i 450 Kg di peso, ed è uno dei pesci ossei di maggior grandezza.

È detto anche "tonno rosso", infatti le sue carni sono irrorate da numerosi vasi sanguigni, conseguenza della potente attività natatoria. I tonni sono probabilmente i migliori e i più forti nuotatori: sembra che in un giorno possano coprire distanze di oltre 250 km, con una velocità pari a 75 Km/h.

È un voracissimo predatore: da giovane (nella fase larvale) si nutre di plancton, mentre da adulto mangia cefalopodi, crostacei e altri pesci, prevalentemente sardine. Il tonno compie spesso balzi fuori dall'acqua, durante l'inseguimento delle sue prede o la fuga da eventuali aggressori (ad esempio gli squali).

Vive in mare aperto, nei fondali dei mari calmi e temperati, a notevole profondità e anche in superficie.

Da giugno a metà luglio si sposta dall'Atlantico verso il Mediterraneo, mentre altri vengono dall'Atlantico solo per la riproduzione e poi tornano nell'oceano.

In primavera, in vicinanza dei litorali le favorevoli condizioni di temperatura e salinità consentono la maturazione delle gonadi e, nei mesi estivi, avviene la deposizione delle uova. Una volta terminata la fase riproduttiva, i tonni perdono lo spirito gregario e, stanchi e dimagriti, sostano per un po' lungo le coste alla ricerca di cibo, per poi tornare nei fondali marini.

La pesca del tonno è di grande importanza e viene praticata soprattutto con le tonnare fisse in Sicilia e Sardegna, particolari reti calate lungo le coste nel periodo riproduttivo, sfruttando i percorsi stagionali dei banchi migratori; hanno la funzione di sbarrare le acque ai tonni con un sistema antico costituito da gabbie sottomarine che, attraverso percorsi obbligati, conducono il pesce in una sacca chiusa detta "camera della morte", la quale viene poi stretta fino a quando i tonni possono essere issati sulle imbarcazioni con degli arpioni: si procede alla cosiddetta "mattanza".

È considerato un pesce grasso; viene consumato soprattutto fresco, inscatolato (anche se la materia prima più largamente utilizzata per questo scopo è il tonno pinne gialle).

Può essere consumato anche come "bottarga", che viene preparata con le sacche ovariche salate ed essiccate al sole per alcuni giorni.

Collezione le ricette

