

Alimentazione

CIBO DA RISCOPRIRE

Il pesce di lago torna di moda

di Roberta Piazza

Non solo orate e branzini. Quest'anno allo Slow Fish di Genova sono protagonisti anche lavarelli, agoni & Co. tra conferenze, laboratori del gusto e cene a tema

LE NOSTRE ESPERTE



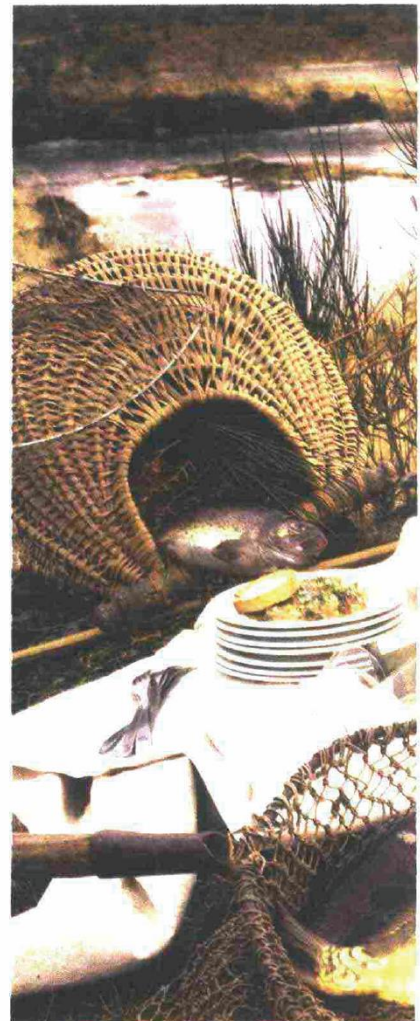
Dott.ssa Valentina Tepedino
*veterinario specializzato
in igiene, allevamento
e ispezione dei prodotti
ittici a Bologna*



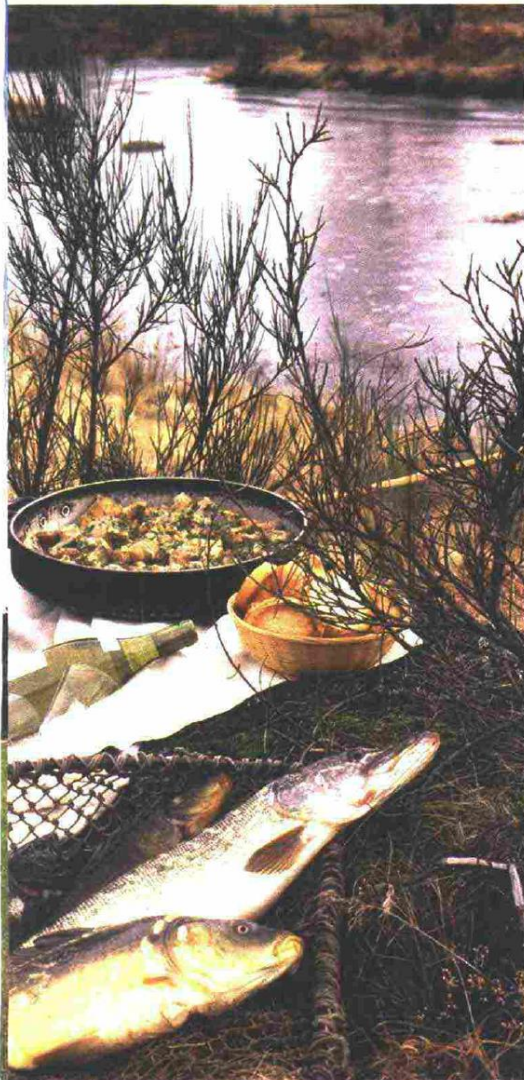
Dott.ssa Diana Scatozza
*medico dietologo,
specialista in scienza
dell'alimentazione
a Milano*

Dal 9 al 12 maggio torna al Porto Antico di Genova il tradizionale appuntamento con Slow Fish. Giunto ormai alla IX edizione, l'evento internazionale dedicato al pesce e alle risorse del mare, organizzato da Slow Food, apre quest'anno le porte anche ai prodotti ittici lacustri. A guidare i visitatori alla riscoperta di lavarelli, agoni, trote & Co. è uno chef da sempre attento alla stagionalità e al legame con il territorio degli ingredienti che sceglie per le sue ricette: Vittorio Fusari. Nato sul

lago a Iseo (in provincia di Brescia), il rinomato cuoco del Ristorante Balzer di Bergamo ha le idee chiare su quello che andrebbe fatto sia per salvare le specie in via d'estinzione sia per arginare la crescita di quelle minacciose. «Per favorire la riproduzione dei salmerini, messi in pericolo dai predatori e dall'aumento della temperatura dell'acqua, si stanno già utilizzando appositi incubatoi ittici. Mentre per combattere l'invasione del pesce siluro stiamo sperimentando una soluzione inusuale. Introdotto con la pesca sportiva, non ha competitori in natura: l'unico è il luccio, che però arriva al massimo a 20 kg mentre un siluro può superare addirittura i 100. Da qui la scommessa di renderlo appetibile proponendo piatti che ne esaltino la carne, in modo da trasformarlo da una minaccia in una risorsa per la ristorazione locale». Chi è incuriosito, può assaggiare il ceviche di siluro che Vittorio Fusari preparerà a Genova sabato 11 maggio (boxino a destra).

**Prodotti ittici a km zero**

La riscoperta e la valorizzazione del pesce di lago non possono però fare a meno del sostegno di altri cuochi professionisti. Patrizia Ucci, di Slow Food, ha lanciato un appello a tutti i ristoratori del lago d'Iseo perché proponano solo prodotti ittici locali, a sostegno del territorio e della sua fragile economia locale. Mentre un altro chef famoso, **Marco Sacco** patron del **Piccolo Lago** di Mergozzo (Verbano-Cusio-Ossola), ha fon-



UNA RISORSA PER IL TERRITORIO

«Il pesce d'acqua dolce va acquistato dai pescatori», consiglia Vittorio Fusari (foto a destra). «È il modo migliore per garantirsi un prodotto freschissimo, di stagione (perché anche lavarelli e salmerini hanno il loro periodo di "raccolta") e per sostenere l'economia del territorio».



SABATO 11 MAGGIO CON LO CHEF

Due gli appuntamenti in programma a Slow Fish con lo chef del Ristorante Balzer di Bergamo. Dalle 17.30 alle 19, presso il Porto Antico - Casa Slow Food, *Reti e Bolle del Lago d'Iseo* (23 €). Si parlerà delle "sardine" (in realtà agoni) essiccate tradizionali: pesca, preparazione e assaggi (3 classici e 3 innovativi). Dalle 20.30 alle 23, al Porto antico - Eataly, *Il Lago d'Iseo e la Franciacorta nell'interpretazione di Vittorio Fusari* (60 €). Nel menu anche la ceviche di pesce siluro (nella foto sopra). Per verificare la disponibilità di posti: Reception Eventi, in Casa Slow Food a Genova.

prodotti ittici. «Trotta e storione d'allevamento, insieme a pesce persico, lavarello (o coregone), luccio, anguilla e salmerino sono le specie che compriamo di più e che consideriamo di maggiore qualità. Ma nella nostra borsa della spesa ci sono anche persico africano, pangasio e pesce ghiaccio (tutti importati dall'estero). Se si cercano qualità e provenienza certa, consiglio di rivolgersi ai pescatori dei singoli laghi, spesso riuniti in cooperative».

Valori nutrizionali ok

«Il pesce di lago si differenzia da quello di mare solo per il contenuto di iodio, che è quasi assente», spiega Diana Scatozza, medico dietologo. «Il contenuto di grassi e proteine varia invece da specie a specie: lo storione ha per esempio più lipidi della trota, mentre il merluzzo è più leggero del tonno». A essere unico rimane il sapore: «Sempre apprezzabile, perché molto delicato», conclude lo chef Vittorio Fusari. ●

dato l'Associazione Gente di Lago e di Fiume con l'obiettivo di promuovere il consumo e l'apprezzamento del pesce d'acqua dolce, contrastando l'impoverimento del nostro patrimonio ittico.

Specie autoctone... e meno

«Sulle nostre tavole il pesce (sia di mare sia di lago) compare sempre più frequentemente», afferma Valentina Tepedino, veterinario specializzato in igiene, allevamento e ispezione dei