

Ricette di mare*

di *Nadia Aliotti* *

1 CALAMARI FRITTI (*cu níuru*)**

Dal calamaro togliere, facendo un taglietto nella parte finale, la sacca con le interiora (*pisciazza*), facendo attenzione a non tagliare la sacca col nero. Far scaldare un filino d'olio in una padella, posare il calamaro e lasciare cuocere incoperchiato e a fuoco moderato. Rigirarlo avendo cura di amalgamarlo con il nero che nel frattempo fuoriuscirà. Il calamaro è pronto non appena la forchetta riesce ad infilzarsi.

La procedura non è consigliabile per la frittura di calamari giganti.

2 MUSCIAME DI TONNO (*ficazza*)

Si affetta sottile sottile e si condisce con un buon olio extravergine di oliva. Si mangia con il pane.

L'aspetto (una striscia nera) e la consistenza della ficazza è simile a quello del musciame, che si ricavava salando strisce di delfino pescato clandestinamente. Il sapore è piuttosto pepato (una sorta di 'nduia di mare). Qualcuno

* Note di Antonino Rallo.

** Con il nero.

aggiunge pezzetti di ficazza a un'insalata di pomodorini e cipolla rossa. Sapori robusti, insomma.

3 COUS COUS DI PESCE (*cùscusu*)

Nella prima fase, chiamata *incocciatura*, si prepara la semola di grano. In un contenitore, detto *mafararda*, si amalgama la semola un po' per volta con poca acqua, lavorandola con le dita. Man mano ch'è pronta, si versa la semola su una tovaglia. Finito d'*incocciare*, si travasa il cous cous nella *mafararda*, e si condisce con prezzemolo, cipolla, aglio, cannella, pepe, peperoncino, sale e olio. Si versa la semola in una pignata di terracotta bucata, si poggia su un'altra pignata, della stessa misura, piena d'acqua (l'acqua non deve bagnare la *cuscusera*) e si chiude la giuntura ermeticamente con farina impastata per non fare sfiatare il vapore dal bordo. Far cuocere per circa due ore.

Nel frattempo si prepara la *ghiotta* (zuppa di pesce). Il pesce indicato per il cous cous è principalmente la boga, la salpa, lo scorfano e la cipolla (scorfano rosso)...

Fare soffriggere cipolla e prezzemolo con abbondante olio d'oliva, aggiungere del concentrato di pomodoro, un po' d'acqua e sale. Fare cuocere per circa 15 minuti e aggiungere il pesce, aggiustare di pepe e sale, e continuare a cuocere per 20 minuti circa. Alla fine aggiungere aglio tritato e basilico. Spegnerne il fuoco e lasciare riposare.

A cottura ultimata, travasare il cous cous nel *lemmo* (un recipiente in cotto) e bagnarlo con il brodo di pesce. Lasciarlo riposare per almeno un'ora avvolto in una coperta di lana per farlo *scattare* (gonfiare e maturare). Servire con un pesce fritto sopra o con anelletti di calamaro fritti o gamberi. Innaffiare con il brodo caldo della zuppa e aggiungere a piacere cannella e pepe.

Il cùscusu con il pesce, di cui Nadia suggerisce la sua apprezzata versione, è il piatto più importante di Trapani e provincia. Oltre che nel capoluogo, anche a San Vito Lo Capo, nelle isole Egadi e a Mazara del Vallo viene preparato benissimo.

La ricetta qui sopra è collegata al racconto «Cipolle a Trapani» per la curiosa ed eccentrica abitudine di Liborio di aggiungere un pezzetto di cipolla (il nome locale dello scorfano rosso) alla sua amatissima pasta con le sarde, ricetta palermitana che qualcun altro vi spiegherà. Inutile dire che la morte della cipudda (questo il nome dialettale) è in una buona zuppa di pesce, la base per il cous cous alla trapanese. C'è chi, per mancanza di tempo e/o abilità a incocciare la semola, si affida alla semola precotta. I risultati possono essere niente male, se la zuppa di pesce è fatta bene. Se vi capita un pezzo di cernia (meglio ancora la testa) non esitate ad aggiungerlo alla zuppa...

4 SALMONE ALLA BRACE

Arrostire i tranci di salmone sulla graticola spennellandoli, durante la cottura, con un salmoriglio di olio di oliva, limone, origano e sale. Come 'pennello' si consiglia di usare un rametto di rosmarino. Non esagerare nella cottura.

Gran parte del salmone in vendita proviene da allevamenti non sempre controllatissimi. Preferite il pesce, se di allevamento, garantito da nomi di fiducia.

5 PASTA CON LO STUFATO DI SGOMBRO E PASTA CON ACCIUGA SALATA E PANGRATTATO

Le ricette sono già spiegate nel racconto «Acciughe salate a bordo del 'Ravaccione'» da Giuseppe, il protagonista.

6 COZZE SCOPPIATE

Lavare accuratamente le cozze sotto l'acqua corrente, strofinandole con una spazzola per liberarle dalle incrostazioni. In un tegame soffriggere aglio e pomodoro fresco. Aggiungere le cozze e un po' di vino bianco, e fare evaporare a fuoco vivo.

In Liguria le cozze si chiamano 'muscoli'. Da qui il titolo del racconto numero 6.

7 ALALUNGA CON POMODORO E MELANZANE

In un tegame soffriggere aglio e pomodoro fresco. A parte, fare rosolare un po' in padella il tonnetto tagliato a dadi. Sempre a parte, friggere le melanzane tagliate anch'esse a dadini. Quindi versare nel sugo di pomodoro il pesce, le melanzane e un po' di vino bianco. Fare evaporare il vino e utilizzare il preparato come condimento per la pasta, guarnendo con foglie di mentuccia.

L'alalunga è un tonnetto normalmente dai 5 ai 30 chili di peso. È diffuso nello Jonio, ma fa anche qualche puntata nel resto del Mediterraneo. Diversi equipaggi di piccole navi mercantili lo pescano ancora con la tràina, per integrare la dieta di bordo. Si cucina come il tonno, ma ha un gusto un po' più delicato.

8 FRITTURA DI PESCE

Pulire e sviscerare i pesci, cospargerli di sale marino e lasciarli a riposare un poco. Quindi asciugarli su carta assorbente, passarli nella farina e farli saltare in uno scolapasta per eliminare la farina in eccesso. Friggere in abbondante olio caldissimo e toglierli non appena saranno dorati.

L'uso di salare il pesce in anticipo e lasciarlo un po' a riposare prima della cottura è tipico del Trapanese.

9 SPAGHETTI CON LA BOTTARGA (*ovo di tunnu*)

Tagliare a fettine l'uovo di tonno e tritarlo con un coltello. Metterlo in una padella con aglio, prezzemolo e olio d'oliva, lasciare soffriggere per 2 minuti e spegnere. Cuocere gli spaghetti e poi farli saltare con il condimento in una padella. Servire con una spolverata di bottarga grattugiata.

La bottarga sostituisce il caviale del racconto omonimo. Tanto costa lo stesso, se non di più... A non tutti viene bene: troppo rischio di 'sapore di sale'. Chiedete dettagli a Nadia Aliotti, Nelly Caronia o Franca Bandi. Forse le trovate su internet...

10 OCCHIATE IN UMIDO

Pulire i pesci e squamarli. In un tegame, fare soffriggere nell'olio d'oliva cipolla, pomodorini, prezzemolo, acciughe e capperi. Mettere le occhiate, quindi aggiungere mezzo bicchiere di vino bianco. Fare evaporare e cuocere con il coperchio per circa 20 minuti a fuoco moderato. Alla fine aggiungere del timo, un po' di rosmarino e qualche foglia di basilico.

Per chi invece volesse fare, come nel racconto di Giuseppe e Lina, il chowder, si suggerisce di usare il merluzzo, come nella ricetta originale irlandese. Il tutto deve essere cremoso. L'aggiunta, alla fine, di qualche gamberetto e prezzemolo tritato, è consigliabile. Qualcuno, pazzzerello, ha pure fatto il chowder con bastoncini di pesce, latte, patate e prezzemolo.

II STUFATO DI TONNO

Tagliare il tonno fresco a tranci e metterlo in una padella con un poco d'olio d'oliva. Soffriggere da ambo i lati per pochissimi minuti, scenderlo e passarlo su carta assorbente. Preparare il sugo con aglio, cipolla, prezzemolo, pinoli, uva passa e olio e fare soffriggere il tutto aggiungendo un po' di zucchero, mezzo bicchiere di vino bianco e un po' di passato di pomodoro. Fare evaporare il vino e portare a ebollizione, quindi aggiungere il tonno, un pizzico di sale e un pizzico di pepe. Far cuocere per circa un'ora a fuoco lento. Condire la pasta con il sugo e guarnire con i pezzi di tonno.

Moltissime ricette, spesso fantasiose, per gustare il tonno le troverete a Favignana.

Altre ricette di Nadia Aliotti

(che non hanno nulla a che fare con i racconti, ma con il mare sí...)

PISCI R'OVA (frittata)

Preparare un impasto con mollica di pane fresco, latte, prezzemolo, parmigiano, zucchero, sale, pepe e uova. Aggiungere un po' di vino bianco. Friggere e chiudere a portafoglio. Mettere la frittata nel sugo di pomodoro precedentemente preparato e servire con qualche foglia di basilico.

Perché le frittate in dialetto trapanese si chiamano 'pesci d'uovo' me l'ha spiegato un vecchio pescatore. Quando il mare era troppo grosso per uscire a pesca, ci si arrangiava con le uova, magari a forma di pesce, come auspicio per le uscite successive.

PASTA CON I RICCI

Spaccare i ricci è prelevare le uova con tutta l'acquetta interna. Soffriggere uno spicchio d'aglio intero in abbondante olio d'oliva. Togliere l'aglio non appena prende colore e spegnere il fuoco. Aggiungere i ricci e amalgamarli con un cucchiaino di legno. Scolare gli spaghetti (o le linguine), condirli con la salsina e farli saltare qualche minuto in padella a fuoco moderato. Alla fine aggiungere un po' di prezzemolo e portare a tavola.

Per la ricetta si usano i ricci femmine (color marroncino che vira verso il viola). I maschi (di colore nero) non servono.

PASTA CU L'AGGHIA (pesto alla trapanese)

Pestare in un mortaio aglio, basilico e sale, quindi aggiungere pomodoro fresco, pepe, olio d'oliva e pecorino. Condire gli spaghetti con la salsa e una spolverata di pecorino grattugiato.

«A morte da pasta cu l'agghia è chi pisci fritti», meglio se *viole* (donzelle), *sirranie* (perchie), *crape* (tordi), *ope* (boghe).

È la salsa tipica del Trapanese. E si usa non solo per condire la pasta. Alcuni naviganti la chiamano pesto alla 'trapanese' per distinguerla dall'altro, più famoso, pesto alla 'genovese'.

PASTA AI SAPORI DELL'ISOLA

In un tegame mettere aglio, finocchietto selvatico, acciughe salate tagliate a pezzettini, capperi, tonno sott'olio, olive nere e pomodorini tagliati a pezzetti. Fare cuocere in abbondante olio d'oliva per almeno 20 minuti a fuoco

moderato. Scolare la pasta (rotoloni), versarla in una padella, amalgamare il condimento e fare saltare il tutto per qualche minuto a fuoco moderato. Portare in tavola con prezzemolo e basilico e una spolverata di pecorino grattugiato.

È una creazione di Nadia. Da provare.