



Pescara, 27 dicembre 2017 - Leggere le etichette, scegliere venditori di fiducia. Saper riconoscere il pesce fresco e preferirlo di stagione. Questi, in breve, i consigli del Movimento Difesa del Cittadino Abruzzo per gli acquisti di pesce fresco per le festività natalizie, periodo in cui i consumi aumentano considerevolmente. Tra Natale e Capodanno cresce infatti la domanda di prodotti ittici e di conseguenza anche il rischio di frodi alimentari.

L'etichetta la carta di identità del pesce

Denominazione commerciale della specie, metodo di produzione (pescato o allevato) , origine (zona di cattura per il pescato e il Paese di provenienza per l'allevato), categoria degli attrezzi di pesca e prezzo. Queste le indicazioni obbligatorie in etichetta per il pesce fresco.

Nel 2016 il Movimento ha svolto una rilevazione nei mercati regionali d'Italia. È emerso che solo 2 banchi di pesce su 10 erano in regola in materia di etichettatura. L'informazione più presente è stata il prezzo (90,2%), seguita dalla denominazione commerciale (84,8%) e dall'origine (73,5%). Anche il metodo di produzione è una indicazione utile al cittadino e ancora troppo spesso poco presente (solo nel 49,2% dei casi).

Il pesce fresco come si riconosce?

L'odore deve essere gradevole, il corpo rigido e arcuato, l'occhio in fuori con cornea trasparente e pupilla nera e le branchie rosee o rosso sangue prive di muco. Le carni devono essere compatte, elastiche bianche o rosee. Infine le squame, che devono essere molto aderenti.

Anche i prodotti ittici hanno le loro stagioni: scopriamo le stagionalità di Dicembre e Gennaio

Dicembre: cefalo muggine, nasello, sardina, sogliola, spigola, triglia.

Gennaio: nasello, sardina, sogliola, spigola, triglia.

Come si conserva il pesce

Il pesce si deteriora prestissimo, subito dopo la pesca. Oltre ad essere opportuno consumarlo nel più breve tempo possibile è anche necessario pulirlo immediatamente eviscerandolo, lavarlo accuratamente e conservarlo subito in frigorifero, coprendolo con una pellicola per evitare di trasmettere l'odore di pesce agli altri alimenti.

Se si pensa di consumare il pesce qualche giorno dopo occorre congelarlo sempre dopo aver eliminato le parti viscerali e le pinne, utilizzando poi un involucro impermeabile all'aria, all'umidità e all'odore come ad esempio i sacchetti di polietilene, adatti per congelare e conservare, facilmente reperibili. Il sacchetto deve essere chiuso bene, eliminando il più possibile l'aria dalla confezione.

Il tempo di conservazione cambia a seconda dal contenuto in grassi delle diverse specie di pesce (un pesce grasso come ad es.: sgombro, tonno, salmone è consigliabile non tenerlo in congelatore più di tre mesi mentre un pesce magro come merluzzo, sogliola si conservano bene per oltre per oltre sei mesi): è importante quindi porre un'etichetta sulla confezione indicando la data di congelamento.