

Una preziosa risorsa



Per secoli cibo quotidiano dei pescatori, il pesce azzurro vanta una lunga **tradizione gastronomica**; già gli antichi romani lo utilizzavano per preparare il famoso *garum*, un condimento prelibato a base di sgombri, sardine e acciughe fermentate. Il gruppo comprende pesci dal corpo generalmente affusolato e muscoloso, di piccola-media taglia (a parte qualche eccezione) e adattati alla vita in mare aperto. Si tratta di specie dotate di **ottima capacità riproduttiva, molto abbondanti nel nostro mare e facilmente reperibili**, giustificando così un costo tendenzialmente contenuto. Le carni hanno un sapore intenso, sono grasse e ricche di acidi grassi polinsaturi, in particolare di Omega-3 capaci di abbassare il colesterolo nel sangue.

La tradizione marinara della costa romagnola possiede un patrimonio vastissimo di ricette a base di pesce azzurro che prevedono l'utilizzo di specie meno conosciute come lo sgombro, la sardina o lo spratto, ma altrettanto saporite e a **basso impatto ambientale**. Il consumo di specie neglette, infatti, allevia la pressione di pesca su quelle specie che stanno pagando a caro prezzo la loro notorietà.



Il progetto **Conoscere, Vivere, Proteggere l'Alto Adriatico** presentato dal **Ceas Polo Adriatico**, in partner con i Ceas del Comune di Ravenna e del Parco del Delta e in collaborazione con i Ceas dei Comuni di Rimini, Cesena e della Romagna faentina, è finanziato con il Programma triennale Infeas 2017/19 - Agenzia Regionale Prevenzione Ambiente Energia della Regione Emilia-Romagna.

CHI È IL POLO ADRIATICO

Il Polo Adriatico si pone come il nuovo punto di riferimento per l'**educazione, la ricerca, la conservazione e la salvaguardia** di delicati ecosistemi della costa e del mare Adriatico. È uno dei Ceas di Eccellenza della Regione Emilia-Romagna (Legge Regionale 27 del 2009). Nato dall'unione di istituzioni con esperienza decennale nei settori della **SOSTENIBILITÀ AMBIENTALE**: Fondazione Centro Ricerche Marine, CerviaAmbiente, Fondazione Cetacea, Comune di Cervia e Atlantide.

www.poloadriatico.it

polo adriatico
Centro di Educazione Ambientale e alla Sostenibilità



Pesci azzurri dell'Adriatico



CONOSCERE, VIVERE, PROTEGGERE L'ALTO ADRIATICO

progetto di formazione e comunicazione educativa sull'ecosistema adriatico

Realizzazione a cura di:



Parte dei testi e delle immagini è tratta da *Atlante della fauna e della flora dell'Adriatico nord-occidentale* (Attilio Rinaldi, Ed. La Mandragora) e dal web.

Pesci azzurri dell'Adriatico

I Pesci con oltre 32.000 specie, sono quasi il 50% di tutti i Vertebrati. Caratteristica comune a tutti i pesci è la presenza di **pinne** per la locomozione, distinte in impari (pinne caudali e anali) e pari (pinne pettorali e ventrali). I pesci sono animali **ectotermi**, a sangue freddo, per cui la loro temperatura corporea è la stessa dell'acqua in cui vivono. La maggioranza dei pesci ossei è ricoperta da **scaglie** formate da materiale osseo, posizionate sopra l'epidermide e incastrate una con l'altra come tegole di un tetto. Ricoprono il corpo del pesce rendendolo liscio e idrodinamico e, grazie a un muco vischioso secreto dal derma, lo aiutano a scivolare nell'acqua.

I pesci respirano mediante le **branchie**, piccole lamine sfrangiate di color rosso, situate ai lati della testa, che assorbono dall'acqua l'ossigeno disciolto ed eliminano l'anidride carbonica; talvolta sono protette da un opercolo. La maggior parte dei pesci è **carnivora**, ma ci sono numerose specie erbivore.

Quella di "pesce azzurro" è una denominazione di uso generale e non scientifica, usata per definire quel tipo di pesce che abbonda nei nostri mari ed è caratterizzato da una colorazione blu scuro o verde del dorso e una argentea del ventre.

Le specie di pesci azzurri più comuni in Adriatico sono:

- | | |
|--------------|------------|
| 1 SARDINA | 7 AGUGLIA |
| 2 SUGARELLO | 8 SGOMBRO |
| 3 PALAMITA | 9 LECCIA |
| 4 TOMBARELLO | 10 TONNO |
| 5 LANZARDO | 11 SPRATTO |
| 6 ALICE | 12 ALACCIA |

Guida al consumo consapevole

La maggior parte delle specie ittiche del Mediterraneo è in declino, le cause principali sono **la pesca eccessiva** (incentrata su poche tipologie), **l'inquinamento marittimo** e i **cambiamenti climatici**.

Alcune buone pratiche potrebbero aiutare a invertire questo processo; anche noi, in quanto consumatori, possiamo contribuire seguendo poche semplici regole:

- **Premia la pesca artigianale**, che utilizza metodi di cattura più sostenibili come ad esempio reti da posta, nasse e trappole, reti da imbrocco o reti analoghe
- **Varia la tua scelta** preferendo specie diverse e non a rischio
- **Scegli il pesce locale** pescato nei mari italiani
- **Preferisci specie ittiche di stagione** catturate in mare, a quelle allevate o scongelate
- **Rispetta la taglia** acquistano esemplari già adulti
- **Impara a leggere l'etichetta**, che obbligatoria per legge, è in grado di fornirci tante informazioni importanti per fare una scelta responsabile.



Pesci azzurri dell'Adriatico

Regione Emilia Romagna

arpa
emilia-romagna

polo
adriatico
Centro di Educazione Ambientale e alla Sostenibilità

eres
rete di educazione
alla sostenibilità
dell'Emilia-Romagna



SARDINA (*Sardina pilchardus*)

Comunemente chiamata "Sarda o sardella" ha un corpo affusolato, un po' ovoidale e compresso lateralmente. La colorazione è quella tipica delle specie pelagiche: dorso azzurro e ventre bianco. Abile nuotatrice, può raggiungere i 25 cm. Vive in grandi banchi, si nutre sia di fito che zooplancton. È matura ad 1 anno (10-20 cm), si riproduce sotto costa dall'autunno alla primavera.



SUGARELLO (*Trachurus trachurus*)

Chiamato anche "Suro" è un predatore di piccoli pesci e gamberetti. La sua bocca si può allargare a dismisura; il suo corpo, che può raggiungere i 45 cm di lunghezza, ha ben evidente la linea laterale composta da scudetti ossei. Il dorso verde azzurro presenta due pinne dorsali triangolari.



PALAMITA (*Sarda sarda*)

Grande predatore di sarde, può arrivare a misurare 80 cm e pesare 10 kg e possiede una tagliente dentatura. La sua colorazione bluastro del dorso presenta riflessi verdi con bande nere oblique tra loro parallele. Ha piccole pinne pettorali e si muove in banchi compatti e numerosi.



TOMBARELLO (*Auxis thazard*)

Veloce e vorace predatore, come tutti gli appartenenti della famiglia dei Tonnidi, si nutre di piccoli pesci azzurri, ha un corpo affusolato e panciuto al centro, che può raggiungere i 50 cm di lunghezza; presenta una colorazione blu nerastra sul dorso con striature irregolari. I fianchi e il ventre sono argentei.



LANZARDO (*Scomber colias*)

Può essere confuso con lo Sgombro (viene infatti chiamato anche Sgombro occhione) ma, a differenza di questo, ha delle macchie sul ventre e una colorazione del corpo più dorata, striature sul dorso poco accentuate ha una bocca più appuntita ed è presente una macchia scura attorno all'occhio. Può raggiungere i 50 cm di lunghezza.



ALICE (*Engraulis encrasicolus*)

Detta anche "sardone o acciuga" ha un corpo allungato e cilindrico che può raggiungere al massimo i 14 cm di lunghezza. Il colore è blu sul dorso con fianchi argentati e ventre chiaro. Pesce pelagico, si nutre di zooplancton. Raggiunge la maturità sessuale al 1 anno (9 cm) e si riproduce da aprile a novembre; la stagione migliore per la sua pesca è da novembre ad aprile.



AGUGLIA (*Belone belone*)

Ha un corpo sottile e stretto che può raggiungere 1 m di lunghezza e 1 kg di peso, la sua bocca a forma di becco (rostro), è allungata e munita di piccoli denti appuntiti. Le uova dell'aguglia sono tra le più grandi fra i pesci e ha una caratteristica molto particolare: le ossa della sua colonna vertebrale sono verdi.



SGOMBRO (*Scomber scombrus*)

Vorace predatore di acciughe, vive in banchi che dalla primavera sostano sotto costa mentre in inverno si trovano a largo ed in profondità. Può raggiungere i 50 cm di lunghezza, il corpo affusolato gli permette un nuoto veloce, la sua colorazione è particolare con il dorso azzurro-verde e con zebraure nere evidenti. I fianchi ed il ventre sono bianchi argentei. Può vivere fino a 20 anni.



LECCIA (*Lichia amia*)

Grosso pesce che può superare 1 m di lunghezza, con un peso di più di 20 kg, ha un corpo largo, con testa piccola ma grande bocca; la sua colorazione è grigio perla sul dorso. Si riproduce in primavera e si nutre di pesci azzurri più piccoli, di seppie e calamari. Le forme giovanili sono gregarie mentre gli adulti conducono una vita solitaria.



TONNO (*Thunnus thynnus*)

È il gigante dei pesci azzurri, potente e veloce predatore, può arrivare a quasi 700 kg e 3 m di lunghezza. Ha una testa grande, pinne pettorali piccole con due pinne dorsali: la prima triangolare con raggi spinosi evidenti e la seconda invece è stretta, appuntita e molto arcuata. La pinna caudale ha una forma a mezzaluna sottile, tipica dei forti nuotatori. Vive in branco e si nutre di piccoli pesci azzurri e calamari.



SPRATTO (*Sprattus sprattus*)

Il nome più usato è "saraghina o papalina", quest'ultimo termine popolare deriva dal fatto che, prima dell'unità d'Italia, la maggiore quantità di questo tipo di pescato proveniva dalle terre romagnole e marchigiane, allora territori dello Stato pontificio. Ha un corpo affusolato e compresso e una colorazione bluastro sul dorso, argentea sui lati e sul ventre. Si nutre di plancton e si riproduce in inverno.



ALACCIA (*Sardinella aurita*)

Può raggiungere i 30 cm di lunghezza, ha una forma spessa con una linea laterale giallastra. Predilige le acque calde, per questo può essere soggetta ad improvvise morie se ci sono forti sbalzi di temperatura in inverno; si nutre di plancton. Sono pesci molto nutrienti e vivono in banchi numerosi.