

VENERDÌ SANTO CON PESCE FRESCO PER SOSTENERE MERCATO LOCALE



L'AQUILA - Anche gli abruzzesi rispetteranno il digiuno riscoprendo una tradizione culturale e religiosa che si era affievolita nel tempo.

Lo dice Coldiretti Abruzzo sulla base su una indagine nazionale di Coldiretti/Ixè sulla Pasqua che ha fatto emergere una nuova spiritualità tra la popolazione anche sotto la spinta dell'esempio carismatico di papa **Francesco**.

Insieme a coloro che hanno deciso di praticare almeno per un giorno l'astinenza dal cibo c'è un 40% di italiani che mangerà di magro e porterà pesce in tavola.

In Abruzzo, ad essere preferito in questa occasione è soprattutto il pesce azzurro, dalle alici alle sardine fino agli sgombri venduti a prezzi contenuti secondo i criteri di sobrietà richiesti dalla ricorrenza, senza tuttavia rinunciare al gusto e alla salute per l'elevato contenuto di grassi insaturi e in particolare del tipo omega tre.

La "legge" dell'astinenza non proibisce, infatti, di consumare pesce, uova e latticini, ma mette al bando cibi e bevande particolarmente ricercati o costosi. Tra i piatti di pesce del Venerdì Santo ogni parte d'Italia esprime una tradizione locale legata a ricette tipiche semplici nel rispetto della giornata di riflessione. In Abruzzo, le tradizionali zuppe di pesce differenti a seconda delle località oppure il baccalà fino alle ricette con sarde e alici, anche fritte.

Per garantirsi la qualità - continua la Coldiretti - il pesce fresco deve avere una carne dalla consistenza soda ed elastica, le branchie di colore rosso o rosato e umide e gli occhi non secchi o opachi, mentre l'odore non deve essere forte e sgradevole.

Infine, meglio non scegliere i pesci già mutilati della testa e delle pinne, mentre per molluschi e mitili è essenziale che il guscio sia chiuso. Per garantire qualità sulle tavole degli italiani a Pasqua molti pescatori delle diverse regioni sono tornati in mare nonostante i rischi per la sicurezza.

Scegliere pesce italiano - conclude la Coldiretti - significa anche aiutare le aziende e i lavoratori della flotta italiana che sta affrontando una grave crisi poiché nel corso dell'emergenza il settore ha registrato un crollo del consumo di pesce fresco anche a causa di comportamenti speculativi che hanno determinato perdite rilevanti per le produzioni aventi una breve vita commerciale.