



Rotte Golose A cura di Piergiorgio Paglia

BRODETTO ALLA VASTESE

In Italia possiamo vantare alcune decine di ricette tradizionali per i brodetti di pesce, vera delizia della cucina marinara. Sarebbe improprio parlare di ricette regionali perché, ad esempio, solo nelle Marche se ne contano almeno quattro diverse, in un ipotetico derby tra zone a nord e a sud del Monte Conero: alla Sambenedettese, alla Fanese, all'Anconetana, alla moda di Porto Recanati... Le differenze a volte sono minime, e basta cambiare un ingrediente nel soffritto piuttosto che una delle varietà di pesce di scoglio per sconfinare. Ve ne proponiamo una, molto antica, che ha origine a Vasto, in provincia di Chieti.

> INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1,5 kg di pesce fresco

Assolutamente imprescindibile il pesce di scoglio, più saporito: Scorfano, Tracina, Lucerna, Panocchia, Seppia, Triglia. A questi si aggiungono altri pesci come il Nasello, il Palombo, la Sogliola o la Razza, ma anche molluschi e crostacei come i Calamari, le Cozze, i Moscardini Bianchi, gli Scampi e le Mazzancolle. E' comunque possibile aggiungere altre varietà, in base alla stagione.

- > 1,2 kg pomodori freschi
- > olio extravergine d'oliva
- > peperoni dolci
- > prezzemolo
- > basilico
- > aglio a spicchi sbucciato
- > peperoncino piccante

> PREPARAZIONE

Pulite il pesce lasciando le teste. La tradizione vorrebbe solo pesci interi, ma potete tagliare i più grandi in tranci. Scottate il pomodoro in abbondante acqua bollente, spellatelo e tagliatelo in grandi pezzi rimuovendo i semi e la parte centrale, più dura. Versate il pomodoro tagliato nel coccio, aggiungendo tutti gli odori e l'olio extra vergine di oliva. Mettete il coccio su fuoco moderato, aggiungete pesce gradatamente iniziando da quelli più duri o in pezzi più grandi, lasciando per ultime le triglie, i merluzzetti e i frutti di mare. Un minuto prima di servire, aggiungete una manciata di calamaretti o moscardini piccoli.

Tempo di cottura 25-30 minuti.

Molto importante: il pesce non va mai mescolato. Durante la cottura, invece, va spesso scosso (trizzicato) il coccio per evitare che pesce o pomodoro si attacchino. E' abitudine portare in tavola separatamente del pane tostato in alcuni casi aromatizzato con semplice olio extravergine d'oliva o con aglio strisciato sopra. Altra usanza è quella di servire della pasta semplicemente lessa con il brodetto per condirla poi con il sugo presente nel tegame di terracotta.

Matrimonio d'Amore: provatelo accompagnato da un grande Trebbiano abruzzese, come quello di Valentini o di Pepe, oppure con un profumato Verdicchio di Matelica o uno più austero, dai Castelli di Jesi, come il sapido Villa Bucci Riserva.

In libreria

A cura di Inbar Meytsar

INBAR MEYTSAR è nata a Milano dove vive e lavora. Laureata in Pubblicità e comunicazione presso la University of Hartford (Connecticut). In collaborazione con Fabio Pozzo ha scritto «Ho sposato l'avevano... È attrice de «Il mio Vendée Globe» e «L'isola delle vele».



NAVIGARE IN MAGNA GRECIA

Massimo Caimmi

EFFEMME EDIZIONI
Pagine 300 Euro 14,00

In un insolito vademecum dedicato ai diportisti, tante preziose indicazioni di navigazione. Un agile racconto della storia della Magna Grecia, utili informazioni turistiche e perfino gustosi consigli gastronomici. Massimo Caimmi accompagna il lettore in barca a vela lungo le coste della Campania, della Calabria e della Sicilia alla scoperta di storia, miti e arte dei luoghi più belli dell'Italia del sud. Corredato da numerose fotografie, ricco di notizie, curiosità e suggerimenti, questo originale "portolano" amplia il concetto di turismo nautico a un vero progetto di viaggio e guida non solo tra isole e approdi, ma anche tra città, musei e siti archeologici, proponendo un itinerario in cui la barca diventa il mezzo ideale per conoscere luoghi e civiltà.

UN BRANO: LEGGENDE DI ISCHIA Icmeno

Una leggenda semplice e amabile ci racconta, invece, la nascita di una polta d'acqua termale nella località Bagnitello a Casamicciola; ancora oggi questa conca può essere utilizzata per godersi tutta la magia del posto. Un tempo il giovane Icmeno, nato dalla ninfa Euplex, abitava a Ischia sotto sembianze umane. Un giorno mentre cacciava con le reti per catturare uccelli, saltando da una sponda all'altra di un torrente cadde nel mezzo di esso: non riuscendo ad uscire con le proprie forze, gridava e chiedeva aiuto ai compagni, ma inutilmente. Anche le preghiere rivolte agli dei sembravano vane, finché Zeus, mosso a pietà, gli parlò. Non piangere più e fatti coraggio come un dio; invece di lacrime tu scorderai come acqua salutare e poiché non sei stato ascoltato porterai gioia e sollievo a chi è sofferente alle orecchie. Così, improvvisamente, il corpo del giovane si dissolse nell'acqua, tramutandosi in acqua corrente e aumentando il numero delle fonti benefiche di Ischia. Per non perdere l'occasione di bagnarsi in queste acque di Bagnitello, è sufficiente percorrere il viottolo che conduce a una piccola spiaggia di sassi dove sorge anche uno stabilimento a pagamento. Ricatevi, invece, sulla scogliera frangiflutti verso est e fate qualche metro a nuoto: si entrerà in una conca di acqua calda dove si potrà assaporare la benefica calma di un luogo incantato."

L'AUTORE

Massimo Caimmi, skipper, istruttore di vela e scrittore di mare, ha pubblicato poesie, narrativa e manuali tecnici. Navigare in Magna Grecia è la sua terza opera edita da Effemme dopo Coppa America leggenda della vela, dedicata alla storia del trofeo sportivo più celebre del mondo, e La navigazione a vela, che ripercorre le sfide dell'uomo col mare dalle origini a oggi.

CAORLE: CAMPIONATO PRIMAVELA

Si chiude con 7 prove un'edizione combattuta del Campionato Primavera, organizzato dal Circolo Nautico Santa Margherita in collaborazione con le darsene Marina 4 e Orologio e la partnership di Quantum Sails Italia. La vittoria IRC Overall, di classe 2 e secondo posto ORC Overall va all'X35 veneziano Spin One di Pietro Saccomani. Il secondo posto è del trevigiano Giuseppe Mezzalana su Drakkar e il terzo di Hector X di Massimo Filippi. L'assoluto in classe ORC e il primo posto in IRC classe 1 va al debuttante Claudio Semagiotto con il suo G.S. 40R Despehada. Seconda piazza per i vicentini

di Luna per Te che si aggiudicano anche il terzo posto ORC Overall. Terzo il Comet 41S Zoom di Michele Rigoni. In classe 3 vince Luigi Bresciani sul First 35 Pazzo Idea, seguito dallo scafo d'annata LSD di Giorgio Chenario e dai friulani di Furkoikjaaf di Massimo Polo. Cresce la classe IRC Crociera, guidata dal gruppo Non Solo Vela, primi e secondi di classe con gli scafi gemelli First 40,7 Vela e Ciurma, terza posizione per Orsetta 3 del padovano Stefano Tosato. In classe Miniatura senza rivali l'Esse 850 El Moro di Graziano Manfrè, seguito dal Platù25 Vizio di Sandro Ravenna e dal D870 Dall'onda, scafo auto-costruito di Alessandro Comuzzi. **VR.**