



**MEROIR**

# Valorizzazione della piccola pesca artigianale

Un progetto di



Con il supporto di



**CISL**  
FEDERAZIONE AGRICOLA ALIMENTARE  
AMBIENTALE INDUSTRIALE ITALIANA



ministero delle politiche  
agricole alimentari e forestali

In collaborazione con



# SOMMARIO

|                                                                                      |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Abstract</b>                                                                      | 3  |
| <b>Introduzione</b>                                                                  | 4  |
| I casi studio                                                                        | 4  |
| Nuovi obiettivi                                                                      | 6  |
| <b>Il progetto Meroir</b>                                                            | 8  |
| "A greener Blue Storytelling Initiative"                                             | 9  |
| Le buone pratiche                                                                    | 12 |
| Davide Caviglia, Öchin de Mâ di Arenzano: portare al pubblico le specie "trascurate" | 13 |
| Ittiturismo "L'Isola" di Alassio: la piccola pesca artigianale entra nelle scuole    | 13 |
| La percezione dei criteri Meroir                                                     | 14 |
| <b>La pesca illegale</b>                                                             | 16 |
| Diritto del mare e sul mare                                                          | 16 |
| Il problema                                                                          | 18 |
| Combattere la pesca illegale                                                         | 20 |
| Le catture accessorie e il depauperamento delle risorse ittiche                      | 23 |
| La pesca in zone non consentite                                                      | 24 |
| L'utilizzo di attrezzi da pesca vietati o non conformi                               | 26 |
| Conseguenze della pesca illegale                                                     | 27 |
| <b>Il consumo responsabile</b>                                                       | 29 |
| Guida al consumo ittico stagionale                                                   | 29 |
| Vademecum per il consumatore e il ristoratore responsabile                           | 30 |
| <b>Eventi</b>                                                                        | 32 |
| Workshop IYAFA                                                                       | 32 |
| Podcast "If Oceans Could Speak"                                                      | 33 |
| Documentario "Elia"                                                                  | 34 |
| <b>Conclusioni e obiettivi futuri</b>                                                | 35 |
| <b>Bibliografia e sitografia</b>                                                     | 36 |

# ABSTRACT

Eterogenea come le coste in cui si snoda e peculiare come gli organismi che popolano il suo mare: è la piccola pesca artigianale nel mar Mediterraneo, tanto diversificata da non avere nemmeno un'unica definizione.

Secondo la FAO, la piccola pesca artigianale si differenzia da quella industriale perché vede coinvolte le famiglie di pescatori, utilizza una quantità di energia e capitale relativamente bassa, effettua brevi uscite in mare con piccoli pescherecci piuttosto vicine alla costa e pesca prevalentemente per il consumo locale ([FAO; The fish project](#)).

Il DM del 7 Dicembre 2016 che disciplina la piccola pesca artigianale, invece, definisce tale la pesca praticata da unità di lunghezza fuori tutto inferiore ai 12 metri, abilitate all'esercizio della pesca costiera locale (entro le 12 miglia dalla costa) con uno o più dei sistemi e/o attrezzi da pesca di seguito indicati: reti da posta, reti a tremaglio, nasse e cestelli, cogolli e bertovelli, lenze e arpioni ([DM 7 Dicembre 2016, MIPAAF](#)).

Quest'ultima definizione, seppur apparentemente chiara, lascia molti dubbi: non tutti gli attrezzi hanno lo stesso impatto nelle differenti località in cui operano, ogni territorio ha delle diversità e peculiarità non solo nelle risorse alieutiche presenti e nella conformazione delle coste e dei fondali, ma anche in termini di storia e tradizione locale.

# INTRODUZIONE

## I casi studio

Durante il lavoro di ricerca effettuato nel corso del 2021, sono stati raccolti dati sull'attività di pesca artigianale in due diverse regioni: Liguria ed Emilia Romagna. Le due regioni vantano una tradizione di pesca artigianale molto differente l'un l'altra, in termini di attrezzatura utilizzata e principali catture, in virtù delle forti differenze territoriali oltre che di tradizione peschereccia.

Le ricerche hanno condotto ad alcune conclusioni importanti consultabili leggendo il report online [qui](#) e riassumibili nelle seguenti grafiche:





Lo scopo dell'attività di ricerca è stato quello di definire alcuni criteri di giudizio relativi all'attività di pesca, in grado di identificare un prodotto pescato in maniera responsabile.

I criteri di giudizio identificati sono i seguenti:

1. etica del pescatore, intesa come senso di responsabilità del pescatore nel porre particolare attenzione al rispetto delle risorse, ancor più di quella imposta per legge;
2. utilizzo di attrezzi da pesca a basso impatto, l'aspetto più difficile da definire per via delle differenze presenti nei diversi territori, stabilito come criterio da valutare in maniera approfondita caso per caso;
3. rispetto della stagionalità, ovvero pescare nei periodi in cui gli stock non si riproducono, per permettere loro di rigenerarsi;
4. valorizzazione del prodotto, un criterio che rientra nel concetto di "pesce trascurato", promuovendo quelle attività di pesca in cui le catture prevedono anche specie non commerciali, ma appunto specie cosiddette trascurate, perché poco conosciute, perché con basso valore commerciale o dimenticate, seppur spesso presenti nelle tradizioni culinarie di alcune località costiere.

Oltre ai 4 criteri di giudizio citati, abbiamo deciso di identificare alcuni valori aggiunti:

- pesca nei pressi di zone marine di conservazione come Aree Marine Protette, uno strumento per ottenere dati utili al monitoraggio delle attività di pesca nei pressi delle zone di tutela, per comprendere meglio gli effetti di questo tipo di gestione sugli stock ittici;
- collaborazione con enti di ricerca, un aspetto importante per ottenere uno scambio reciproco tra ricercatori e pescatori (dati utili e corretta gestione delle attività);
- valorizzazione di una filiera corta, al fine di promuovere un consumo locale, tutelando le attività e l'economia del territorio.

## Nuovi obiettivi

L'obiettivo di quest'anno è stato innanzitutto quello di comprendere meglio come identificare i prodotti rispondenti ai criteri di giudizio individuati. Una volta definito questo aspetto, abbiamo iniziato il racconto di alcune delle buone pratiche analizzate lo scorso anno ed esplorato la possibilità di raccontare nuove storie.

Abbiamo inoltre deciso di ampliare le tematiche di divulgazione rivolta ai consumatori, attraverso una ricerca mirata alla strutturazione di una campagna di comunicazione sul tema della pesca illegale, una tematica poco conosciuta dai non esperti del settore, ma estremamente importante nella sensibilizzazione al concetto di pesca e consumo responsabili.





A close-up, low-angle shot of a person's hands pulling a fishing net. The net is made of light brown mesh and is strung with several bright yellow floats. The person is wearing a dark blue long-sleeved shirt. The background is a clear, bright blue sky. The net is being pulled upwards, creating a sense of movement and effort.

1

## **IL PROGETTO MEROIR**

# IL PROGETTO MEROIR

Il progetto Meroir nasce allo scopo di valorizzare la piccola pesca artigianale italiana, attraverso l'identificazione di un prodotto ittico rispondente ai criteri di giudizio identificati durante il lavoro di ricerca, ed elencati nelle pagine precedenti.

Durante il lavoro di ricerca ed analisi, abbiamo però riscontrato diverse difficoltà: le attività di pesca artigianale lungo le coste della nostra penisola sono molto diversificate, è difficile e riduttivo porre un'etichetta sul prodotto che ne deriva, ma è importante comprenderne il valore, identificarne le peculiarità, cercando di promuoverle raccontandole, facendone conoscere ogni aspetto al consumatore.

Meroir diventa quindi un incubatore di buone pratiche di pesca artigianale presenti nel territorio costiero italiano, che si pone come obiettivo non solo la loro valorizzazione, ma anche la possibilità di esportarle in altri territori.

Il progetto è iniziato lo scorso anno attraverso lo studio delle due realtà regionali di Liguria ed Emilia Romagna, ma l'obiettivo è quello di ampliare le conoscenze sulle attività di pesca artigianale italiane, analizzandone altre per valorizzarne le specificità e il territorio in cui si sviluppano.

Promuovere ed esportare le buone pratiche di pesca artigianale è un aspetto importante per creare una rete di pescatori virtuosi e favorire la condivisione e il dialogo al suo interno.

Tuttavia, pur essendo il primo interlocutore, il pescatore non è il solo attore che entra in gioco. Lungo il percorso per raggiungere il consumatore, entrano in gioco, tra i tanti, anche ristoratori e cuochi, che con le loro attività possono contribuire a divulgare il concetto di Meroir e i suoi valori.

L'obiettivo è la creazione di un "filo blu" che collega tutti gli attori che prendono parte al progetto di condivisione e valorizzazione delle buone pratiche di pesca artigianale, ciascuno sfruttando il proprio mestiere, le proprie competenze e la possibilità di comunicare al consumatore.



## A Greener Blue Storytelling Initiative

A Greener Blue è un'iniziativa di storytelling globale nata in occasione delle celebrazioni dell'Anno Internazionale della Pesca Artigianale e dell'Acquacoltura della FAO (IYAFA 2022).

L'iniziativa è stata ideata e creata dalla Conferenza delle Nazioni Unite, dall'organizzazione statunitense The Lexicon, dalla Global Sustainable Seafood Initiative (GSSI) e da GoPro, con il supporto della FAO.

A Greener Blue vuole mostrare il contributo essenziale che la piccola pesca artigianale, i pescatori e gli allevatori di pesce possono dare per garantire la presenza di cibo sano, aiutando ad eradicare la povertà attraverso l'utilizzo responsabile delle risorse ittiche.

Per supportare la diffusione e il racconto di queste buone pratiche nell'ambito della piccola pesca artigianale e dell'acquacoltura, sono state coinvolte diverse realtà a livello globale (pescatori, organizzazioni no profit, allevatori, enti di ricerca...), disponibili a condividere il racconto delle proprie attività.

Anche Worldrise, insieme all'organizzazione Cestha con cui collabora, ha partecipato al progetto, frequentando il corso sui metodi di storytelling organizzato da The Lexicon, per poi raccontare una delle buone pratiche incluse nella rete di Meroir attraverso la creazione di un breve video documentario in loco.

La storia che abbiamo raccontato è quella della raccolta a mano della cozza selvatica di Marina di Ravenna, un prodotto unico nel suo genere, di qualità, ecosostenibile ed ecocompatibile.

La cozza è un mollusco bivalve della specie *Mytilus galloprovincialis*, il quale cresce spontaneo in banchi naturali al largo della costa emiliano romagnola concentrati sulle scogliere artificiali sommerse e sui piloni delle strutture offshore, in particolare al largo della costa ravennate dove viene raccolta esclusivamente a mano dai pescatori subacquei locali.

La cozza selvatica è un prodotto unico e importante da tutelare perché la maggior parte della produzione di cozze, in Italia, deriva da allevamento che ha come unica controindicazione l'utilizzo di calze di plastica in cui vengono insacchettati gli organismi, e che si disperdono facilmente in mare rappresentando uno dei rifiuti maggiormente presenti nelle acque romagnole.

La presenza delle piattaforme estrattive, ormai in disuso da anni, ha portato incredibilmente notevoli benefici al mare: la parte sommersa delle strutture ha creato un habitat protetto per le specie marine ed ha allontanato per questioni di sicurezza la pesca a strascico, vietata definitivamente per legge dal 2006, grazie all'istituzione della Zona di Tutela Biologica (ZTB) Fuori Ravenna.

Ora che le piattaforme non sono più operative però, il grosso rischio è che vengano smantellate con conseguente riapertura delle attività di pesca a strascico e privazione di un habitat artificiale idoneo a molte specie, tra cui la cozza.

La cozza di Marina di Ravenna si propone quindi come un ottimo compromesso per mantenere le isole d'acciaio in mare, quali baluardi della vita sottomarina. Un esempio virtuoso di economia circolare, in grado di convertire le strutture estrattive in habitat protetti e zone di risorsa per una pesca altamente sostenibile ed ecocompatibile. Una buona pratica da raccontare, diffondere, salvaguardare e promuovere attraverso il consumo locale di questi prodotti.

### Il racconto:

*Once upon a time, there was a protected area named "ZTB Fuori Ravenna" in the Adriatic Sea (Italy), supported by the presence of gas platforms. The fishermen learned how to utilize that new habitat sustainably through underwater manual harvesting of mussels, that gradually colonized the underwater structure in large numbers.*

*One day, due to the depletion of the fields, the problem arose of removing these disused platforms. The habitat, which over the years became a breeding and nursery area for a variety of marine life, was in danger of being destroyed, and fishermen risked losing their jobs.*

*Until one day, a collaboration between the fishermen and marine biologists came to life. Together, they aim to solve the problem by making clear to everyone both the products' story and the importance to preserve the habitat.*

*Because of that, several scientific studies are taking place, including underwater shots and videos to monitor the populations of mussels and the associated habitat. Moreover, a brand identity campaign has been created for the hand-picked mussels.*

*Finally, the research of the two organizations, CESTHA and Worldrise, want to continue to support multiple sustainable fishing activities and the circular economy related to the Adriatic Sea and elsewhere.*





## Le buone pratiche

La possibilità di partecipare al progetto "A greener blue storytelling initiative" ci ha dato alcuni spunti importanti per le prossime storie che vorremmo raccontare, tra quelle già analizzate nel territorio ligure e romagnolo.

Lo scorso anno abbiamo avuto modo di conoscere le due realtà regionali, riscontrando la presenza di diverse cooperative di pescatori che operano una piccola pesca artigianale responsabile in Liguria, e alcune buone pratiche di pesca artigianale romagnola supportate dall'organizzazione Cestha che da anni lavora a stretto contatto con i pescatori del territorio di Ravenna.

L'utilizzo della narrazione è importante per far conoscere al consumatore il lavoro e l'attenzione alla risorsa che si celano dietro al prodotto ittico. Di seguito alcune delle storie che racconteremo, che riteniamo rientrano nel concetto di Meroir.



## **Davide Caviglia, Öchin de Mâ di Arenzano: portare al pubblico le specie “trascurate”**

Il pescatore Davide Caviglia, tra i più giovani pescatori liguri, porta avanti ad Arenzano una pesca artigianale variegata, usando sia reti da posta che a circuizione, in modo da variare il pescato a seconda della stagionalità e della disponibilità naturale. Il suo pescato viene lavorato in loco presso il suo ittiturismo “Öchin de Mâ” (termine ligure per “gabbiano”) dove la parola d’ordine è educare il cliente ad assecondarsi al prodotto, secondo le disponibilità stagionali, e non viceversa. L’obiettivo della sua cucina è di non offrire specie alloctone come salmone o calamari patagonia, ma portare il cliente ad andare oltre i piatti più generalisti, offerti da qualunque altro ristorante di pesce della zona, ma di scoprire gusti nuovi andando oltre la paura dell’ignoto con piatti come il ceviche di salpa, il carpaccio di leccia stella o i filetti di tonnetti in crosta.

## **Ittiturismo “L’Isola” di Alassio: la piccola pesca artigianale entra nelle scuole**

“L’Isola” è un ittiturismo ad Alassio posizionato direttamente sul mare, accanto all’approdo della nave da cui arriva il prodotto che verrà poi servito ai clienti. Attività a gestione familiare, Gianmarco Sanfilippo, proprietario dell’attività e pescatore di lunga data, insieme a suo fratello, cuoco del ristorante, hanno partecipato all’attività di Meroir facendo visita ai ragazzi dell’istituto alberghiero Giancardi-Galilei-Aicardi di Alassio. Nella scuola hanno portato l’esperienza della piccola pesca artigianale e della lavorazione del prodotto fresco di giornata, un tipo di lavorazione purtroppo sempre più assente nelle scuole alberghiere dato il costo del prodotto e della sua deperibilità, e ormai limitato anche in forma teorica sempre alle solite specie più note come tonno, salmone, gamberi e merluzzo nordico. Nella lezione di cucina il cuoco dell’ittiturismo ha spiegato come comporre piatti con i pesci da noi definiti “trascurati”, come un ragù di scorfano nero, una specie tipicamente considerata di scarto, o bruschette con filetti di lanzardo, specie meno nobile del cugino sgombrò.

## La percezione dei criteri Meroir

L'obiettivo finale di queste storie è renderle note ai consumatori e guidarli verso l'acquisto di prodotti di cui è chiara la provenienza e pescati nel rispetto della risorsa. Prima di arrivare a questo step, grazie al lavoro di tesi di una studentessa in Management delle Tecnologie, Innovazione e Sostenibilità presso l'Università La Sapienza di Roma, stiamo effettuando delle indagini rivolte ai consumatori per capire la loro percezione dei criteri Meroir e come la conoscenza di aspetti legati alla sostenibilità del prodotto influiscano sull'acquisto.

Il progetto di tesi si svolge nella zona di Cetara in provincia di Salerno, una zona conosciuta principalmente per la produzione della colatura di alici, ma in cui verrà esplorata la presenza di ulteriori catture e relative tecniche di pesca artigianali, per verificare la presenza di buone pratiche che possano rientrare in Meroir. Inoltre, Cetara si trova in prossimità dell'AMP di Punta Campanella, aspetto importante per comprendere il rapporto tra l'AMP e i pescatori.

La località costiera si è inoltre distinta tra le comunità di pescatori per l'utilizzo di cassette di plastica riutilizzabili al posto di quelle in polistirolo, denominate "cassette intelligenti" perché dotate anche di un microchip in grado di consentire il controllo del prodotto lungo tutta la filiera.

Le principali domande che verranno poste sono le seguenti:

- un prodotto che risponde a determinati criteri di giudizio e segue delle best practice è acquistato più volentieri dai consumatori?
- Sui pescatori che effetto ha (economico, quantitativo pescato, etico)?
- C'è corrispondenza di maggior volontà all'acquisto se i consumatori sono consapevoli e conoscono la provenienza del prodotto pescato in modo sostenibile ed etico?

Il lavoro sarà utilissimo per capire come approcciare il consumatore nel racconto delle storie di Meroir.



An underwater photograph showing a large school of small, dark fish swimming in clear blue water. In the foreground, a fishing net is visible, partially obscuring the view. The net is made of a fine mesh and is draped over a rocky, coral-covered seabed. The fish are concentrated in the upper half of the frame, while the lower half shows the net and the seabed. The overall scene suggests illegal fishing in a healthy marine environment.

2

## **LA PESCA ILLEGALE**

# LA PESCA ILLEGALE

## Diritto del mare e sul mare

A metà degli anni '70 le Nazioni Unite hanno istituito le zone economiche esclusive (ZEE), ovvero delle zone marittime di pertinenza dello Stato costiero, riconosciute dal diritto internazionale, identificabili in una fascia di mare che si estende per non più di 200 miglia dalla costa. In tali zone il diritto internazionale attribuisce allo Stato costiero diritti sovrani relativi alla gestione ed allo sfruttamento delle risorse, biologiche e non, della colonna d'acqua (la pesca) e dei fondali marini (risorse minerarie, depositi di gas e di idrocarburi), ma anche diritti connessi con la conduzione di altre attività economiche, come la produzione di energie rinnovabili a partire dall'acqua, dalle correnti marine o dai venti, e di ricerca scientifica, nonché diritti e doveri di protezione dell'ecosistema marino (LUISS; [L'istituzione della zona economica esclusiva italiana](#)).

Dal momento che le ZEE, pur occupando solo il 35 % della superficie totale dei mari, ospitano il 90 % degli stock ittici mondiali, si è resa necessaria la creazione di accordi di pesca a livello bilaterale e multilaterale. Così nel 1982 le Nazioni Unite hanno adottato la Convenzione sul diritto del mare (UNCLOS), entrata in vigore nel 1994, una costituzione per gli oceani, la quale riconosceva agli Stati costieri il diritto di controllare la pesca nelle acque limitrofe.

L'UNCLOS non governa solo le ZEE, ma anche l'alto mare, (le zone al di fuori delle ZEE) dove, per conservare e gestire le risorse biologiche marine, è necessaria la collaborazione tra gli Stati: con questo obiettivo sono nate le organizzazioni regionali di gestione della pesca (ORGP).





Le ORGP sono organizzazioni internazionali composte da paesi che hanno interessi di pesca in zone d'alto mare.

L'obiettivo degli accordi che intercorrono tra i diversi Stati consiste nel rafforzare la cooperazione regionale allo scopo di garantire la conservazione e lo sfruttamento sostenibile delle risorse alieutiche d'altura e degli stock ittici transnazionali.

Le ORGP possono lavorare in maniera molto differente, per esempio alcune gestiscono le risorse biologiche di una determinata zona, mentre altre si occupano di un particolare stock o di gruppi di stock; alcune riguardano soltanto l'alto mare o le ZEE, altre riguardano entrambi gli ambiti.

Le ORGP si adoperano inoltre per stabilire misure per il controllo e il monitoraggio delle attività di pesca.

Le ORGP svolgono un'altra essenziale funzione: la prevenzione della pesca illegale, non dichiarata e non regolamentata (Note tematiche sull'Unione Europea; Le relazioni internazionali nell'ambito della pesca).

## Il problema

La pesca illegale, non dichiarata e non regolamentata (INN o IUU: illegal, unreported and unregulated fishing) include attività di pesca molto diversificate tra loro.

Anche se è difficile determinare l'esatta entità della pesca illegale, non dichiarata e non regolamentata, uno studio in materia ne stima la consistenza tra 10 e 26 milioni di tonnellate a livello mondiale all'inizio degli anni 2000, ossia tra l'11 e il 19 % delle catture dichiarate, per un valore tra i 10 e i 23 miliardi di dollari USA (Agnew et al., 2009). Le stime indicano che le catture INN globali corrispondano a un valore che oscilla tra il 13 e 31 % della produzione ittica dichiarata e in alcune regioni, questa percentuale arriva addirittura al 40%.

I riferimenti ad attività di pesca classificate come illegali, non dichiarate e non regolamentate, sono incluse nell'International Plan of Action to Prevent, Deter and Eliminate Illegal, Unreported and Unregulated Fishing (IPOA-IUU), il quale, dopo due anni di consultazione dalla sua elaborazione nel 1999, è stato adottato dalla Fao Committee on Fishery (COFI) il 2 Marzo 2001.

L'IPOA-IUU è stato elaborato nel quadro del Codice di Condotta per una Pesca Responsabile del 1995.

Le definizioni di attività di pesca INN sono le seguenti.

Pesca illegale:

- attività condotte da imbarcazioni nazionali o straniere in acque sotto giurisdizione nazionale, senza il permesso dello Stato o agendo contro le sue leggi e regole;
- attività condotte da imbarcazioni battenti bandiera di uno Stato che è parte di una organizzazione regionale di gestione della pesca (ORGP), ma operando in contrapposizione con le misure di conservazione e gestione adottate da tale organizzazione e alle quali gli Stati sono vincolati;
- attività condotte violando le leggi nazionali o gli obblighi internazionali, compresi quelli assunti dagli Stati cooperanti nei confronti di una organizzazione regionale di gestione della pesca.



### Pesca non dichiarata:

- attività non dichiarate o dichiarate in maniera errata e non completa, alle autorità nazionali pertinenti, in contrapposizione con le leggi e le regole nazionali;
- attività intraprese nell'area di competenza di un'organizzazione regionale di gestione della pesca, non segnalate o segnalate erroneamente, in violazione delle procedure di segnalazione di tale organizzazione.

### Pesca non regolamentata:

- attività svolte in aree in cui opera un'organizzazione regionale di gestione della pesca, condotte da navi prive di nazionalità, o battenti bandiera di uno Stato che non è parte di tale organizzazione, in modo non coerente o in contrapposizione alle misure di conservazione e di gestione di tale organizzazione;
- attività svolte in zone, o su stock ittici in relazione ai quali non esistono misure di conservazione o di gestione applicabili e laddove tali attività di pesca siano condotte in modo non conforme alle responsabilità dello Stato per la conservazione delle risorse marine viventi, ai sensi del diritto internazionale.

(FAO; Illegal, Unreported and Unregulated (IUU) fishing)



## Combattere la pesca illegale

Le iniziative per combattere la pesca INN nel nostro paese, sono riconducibili ad uno sforzo condiviso da parte di tutti i membri dell'Unione Europea. L'UE, infatti, è uno dei maggiori attori globali nel settore della pesca, sia per quanto concerne l'entità della flotta peschereccia, sia per il volume di pesce importato che corrisponde al 34 % del commercio totale a livello mondiale in termini di valore.

A livello comunitario sono due gli strumenti normativi per contrastare la pesca illegale:

- Il regolamento sulla pesca illegale, non dichiarata e non regolamentata, relativo principalmente alle importazioni, che impone agli Stati membri di adottare misure contro i pescherecci e i cittadini dell'UE che attuano attività di pesca illegali, in qualsiasi parte del mondo, attraverso il sistema di certificazione delle catture e il sistema basato sull'emissione di "cartellini". Il primo fa affidamento sul controllo da parte dei paesi terzi, i quali dichiarano, secondo le loro normative, che il prodotto oggetto dello scambio non proviene da pesca INN. Il secondo è un sistema adottato allo scopo di individuare i paesi terzi che non cooperano nella lotta alla pesca illegale;
- il regolamento sul regime di controllo della pesca, che si applica a tutte le attività di pesca nelle acque dell'UE e a tutte quelle praticate altrove da pescherecci dell'UE. Tale regolamento prevede disposizioni per gli Stati membri e gli operatori finalizzate a prevenire e contrastare la pesca illegale, le quali mirano tra l'altro, a monitorare l'accesso alle acque e alle risorse, a controllare l'utilizzo delle possibilità e della capacità di pesca, a garantire l'adozione di misure di esecuzione adeguate in caso di infrazione, a consentire la tracciabilità e il controllo dei prodotti della pesca lungo tutta la catena di approvvigionamento.

È stato recentemente pubblicato un Audit della Corte dei conti europea (Relazione speciale della Corte dei conti Europea; Azione dell'UE per contrastare la pesca illegale), con lo scopo di analizzare le azioni europee di contrasto alla pesca illegale e valutarne l'efficacia.

Sono evidenti le fragilità dei due regolamenti in termini di capacità di controllo effettiva sul rispetto delle regole. Per quanto concerne il discorso relativo ai prodotti importati, le certificazioni vengono effettuate dagli Stati importatori, secondo le loro normative, pertanto non vi è alcuna garanzia che siano sufficientemente rigorose da garantire la sostenibilità del prodotto.

Analogamente, per le attività praticate dalla flotta dell'UE, assicurare la conformità alle norme dell'UE non implica che le norme siano di per sé sufficienti ad assicurare la sostenibilità degli stock ittici e dei loro habitat, valutati come sovra sfruttati, soprattutto nella zona del Mediterraneo, in un'ulteriore analisi recente effettuata sempre dalla Corte dei Conti europea.

La valutazione finale dell'Audit è stata la seguente:

*"la Corte giunge alla conclusione che non vi è una parità di condizioni nel territorio dell'UE. L'aspetto più grave è che in alcuni Stati membri le sanzioni non sono commisurate ai vantaggi economici derivanti dalle infrazioni, e non sono sufficienti a produrre un effetto deterrente. Ciò non è giusto nei confronti degli operatori rispettosi della legge e crea un rischio di inadempienza persistente";*

e le raccomandazioni finali, con scadenza nel 2026, sono state le seguenti:

- *vigilare che gli Stati membri rafforzino i propri i regimi di controllo per prevenire l'importazione di prodotti della pesca illegale e adottino le misure necessarie;*
- *garantire che gli Stati membri applichino sanzioni dissuasive contro la pesca illegale.*

Dai dati risulta che il 34% delle infrazioni sono riconducibili ad una errata dichiarazione delle catture, principalmente correlata ad una mancata segnalazione delle catture indesiderate (catture accessorie), il 24% dalla pesca in zone non consentite, il 13% dall'utilizzo di attrezzi da pesca vietati o non conformi.



Per superare lo stato di declino, in particolare nel Mediterraneo, e garantire il futuro della sua attività di pesca, occorre affrontare urgentemente una serie di priorità di governance e di conservazione, quali:

- Regolare lo sforzo di pesca per rispettare la maturità sessuale dei pesci;
- evitare la cattura di specie indesiderate;
- includere la pesca ricreativa nelle valutazioni sullo sfruttamento degli stock ittici;
- migliorare la conoscenza sullo stato degli stock ittici;
- implementare operazioni di sorveglianza e controllo efficaci;
- implementare piani di gestione pluriennali basati sull'ecosistema;
- attivare un processo di co-gestione coinvolgendo tutte le parti interessate nel processo decisionale;

e in generale, è chiara la necessità di un più capillare monitoraggio della attendibilità della filiera.



## Le catture accessorie e il depauperamento delle risorse ittiche

Le catture accessorie corrispondono alla parte di pescato catturata involontariamente durante un'operazione di pesca, oltre alle specie bersaglio. Le catture accessorie possono essere altre specie commerciali (specie considerate bersagli secondari o specie bersaglio se il mercato si sviluppa) o specie non commerciali (rigettate in mare o sbarcate, in caso di divieto di rigetto), nonché catture accidentali di specie vulnerabili, che possono comprendere specie di valore commerciale o meno.

Le tartarughe marine (circa l'80%) e gli elasmobranchi (circa il 16%) rappresentano la quota più alta di catture accidentali segnalate di specie vulnerabili tra gli esemplari totali catturati. Uccelli marini e mammiferi marini, al contrario, sono apparentemente i gruppi con il minor numero di esemplari catturati accidentalmente (circa il 4 % del totale) (FAO; The state of Mediterranean and Black Sea fisheries, 2018).

Una delle motivazioni dell'elevata quantità di catture accessorie, spesso appunto non dichiarate e incluse quindi nella pesca INN, è dovuta all'elevata pressione di pesca su diversi stock. Dall'ultimo report della FAO che risale al 2018, il Mar Mediterraneo e il Mar Nero hanno avuto la percentuale più alta di stock pescati a livelli insostenibili, il 62,5%. La sovrapesca porta ad un fenomeno definito depauperamento delle risorse ittiche ovvero una riduzione di uno stock ittico, che impedisce il raggiungimento della sua massima capacità produttiva (U.S. Geological Survey; A definition of depletion of fish stocks).

La diminuzione del numero dei prodotti ittici che contribuiscono alla sicurezza alimentare della popolazione porterà con sé seri problemi di fame nei paesi in cui gli alimenti di base dipendono dai prodotti ittici (Yildirim et al. 2022). La pesca eccessiva non solo provoca impatti negativi sulle nostre risorse e sui nostri ecosistemi, ma riduce anche la produzione alimentare e si traduce in conseguenze sociali ed economiche negative (FAO; Towards blue transformation).

Oltre all'eliminazione della pesca eccessiva controllando gli stock ed evitandone il sovra sfruttamento, l'utilizzo di attrezzi da pesca più selettivi è certamente una delle modalità per ridurre le catture accessorie.

L'identificazione di alcuni prodotti attraverso una certificazione che accerti l'utilizzo di strumenti in grado di evitare le catture accessorie, è un ottimo strumento per guidare il consumatore verso una scelta responsabile, come nel caso del marchio Shark Free sviluppato dall'organizzazione no profit Cestha. Shark Free valorizza i prodotti pescati con attrezzi altamente selettivi che non catturano squali grigi e trigoni nella loro stagione riproduttiva, portando ad un differenziamento del prodotto sul mercato ed un incremento remunerativo per i pescatori. Queste tecniche di pesca permettono di valorizzare le risorse locali pescate in maniera sostenibile e nel rispetto della stagionalità delle specie (Worldrise; [Report Meroir 2021](#)).

## La pesca in zone non consentite

Con 7.500 km di costa, il mare non può che essere patrimonio fondamentale per il nostro paese. In esso esistono notevoli varietà e diversità di specie animali e vegetali, oltre a molteplici testimonianze archeologiche, storiche e architettoniche. Per questo motivo sono state istituite ben 27 aree marine protette, oltre a 2 parchi sommersi che tutelano complessivamente circa 228.000 ettari di mare e circa 700 chilometri di costa.

In questo scenario non sono al sicuro nemmeno le zone dove la pesca è vietata. Meno dell'1% del Mediterraneo è protetto da zone soggette a restrizione dell'attività di pesca, una superficie corrispondente alla Sicilia, e molti pescherecci di diversi Stati più volte sono stati coinvolti nella pesca illegale in zone protette.



Oceana, organizzazione statunitense nata nel 2001 proprio per la tutela di mari e oceani (nel 1999 solo lo 0,5% di tutte le risorse raccolte dalle organizzazioni ambientaliste venivano dedicate alla difesa di mari e oceani), a seguito di uno specifico monitoraggio ha denunciato come nel 2018 siano state oltre 28000 le ore spese dai pescherecci in “pesca apparente” nelle aree protette del Mediterraneo.

Tutto ciò mentre continua a essere inefficace lo scambio e la condivisione delle informazioni sui registri dei pescherecci per migliorare i sistemi di monitoraggio e di sanzioni, in particolar modo nelle zone di restrizione della pesca (Oceana; Creazione di un quadro CGPM per combattere la pesca INN).

Una delle misure di gestione più rappresentative adottate nella regione dalle parti contraenti della Commissione Generale per la Pesca nel Mediterraneo (CGPM), è la chiusura di determinate zone alla pesca a strascico, con l'obiettivo di proteggere gli ecosistemi unici delle suddette aree (ecosistemi marini vulnerabili) o perché esse rappresentano un habitat essenziale durante il ciclo vitale degli stock ittici (habitat ittici fondamentali), o per entrambe le cause. Queste aree sono denominate Zone di Restrizione della Pesca (ZRP).

Alcune delle iniziative più efficaci da adottare per combattere la pesca illegale nelle zone protette sono:

- l'intensificazione dei controlli degli organi preposti al controllo in mare, ovvero la Guardia Costiera e le altre forze di polizia;
- l'utilizzo di tecnologie satellitari: tecnologie di tracciamento dei pescherecci (AIS, VMS) per tutte le tipologie di pesca;
- la sensibilizzazione e l'attuazione di progetti e interventi concreti che hanno lo scopo di fungere da deterrente per le attività illecite e di valorizzare, al contrario la pesca responsabile, condotta dai tanti operatori che seguono le norme e le regole vigenti all'interno dell'AMP;
- l'utilizzo di dissuasori, quali il posizionamento di blocchi di cemento anti-strascico sul fondale di un'area interessata da pesca illegale illecita, realizzato nelle Isole Egadi;
- l'utilizzo di nuove tecnologie quali droni per monitorare le tracce dello strascico nei fondali di Aree Protette, anche a elevate profondità.

## **L'utilizzo di attrezzi da pesca vietati o non conformi**

Nel lavoro di ricerca svolto lo scorso anno, abbiamo potuto constatare quanto sia importante l'etica del singolo pescatore, il quale spesso compie uno sforzo in più che va oltre al rispetto della singola normativa, per la tutela della risorsa ittica. È il caso, per esempio, di pescatori che decidono di utilizzare maglie di dimensioni superiori rispetto ai limiti di legge.

Attualmente la limitazione all'utilizzo di attrezzi da pesca nel nostro mare fa riferimento al Regolamento (CE) n. 1967/2006, in cui è presente una specifica sezione sulle restrizioni e i divieti nell'utilizzo di determinati attrezzi. Nel regolamento sono indicate tra le altre cose, limitazioni nelle dimensioni delle maglie, nonché limitazioni nell'utilizzo di determinati attrezzi in specifiche aree, le quali non corrispondono solo a zone protette, ma anche a particolari habitat come le praterie di Posidonia o gli habitat coralligeni in cui è vietato l'utilizzo di attrezzi quali draghe, reti da traino, sciabiche da natante.

Uno dei casi più eclatanti di utilizzo di attrezzi da pesca illegale nel Mar Mediterraneo, è l'uso di reti da posta derivanti, una tipologia di rete vietata dal 2002 per l'elevato numero di catture accessorie di specie protette, quali mammiferi marini, che tale pratica determinava. L'utilizzo di queste reti, riconduce anche ad un'altra tematica: la presenza di reti fantasma, indicate anche con l'acronimo ALDFG (Abandoned, lost or otherwise discarded fishing gear).

Le reti fantasma sono reti abbandonate o perse dai pescatori, che però continuano a "pescare" indistintamente, diventando anche trappole per molti animali che vi rimangono impigliati, oppure causando il soffocamento delle biocenosi sui fondali in cui si adagiano.

Attualmente, per contrastare questa problematica, sono in atto diversi progetti di recupero delle reti abbandonate in cui spesso il nylon di cui la rete è costituita, viene riutilizzato per creare prodotti principalmente tessili. Tali progetti risultano particolarmente efficaci nella sensibilizzazione a questa problematica, oltre ad avere un impatto positivo anche sul problema dei rifiuti di plastica in mare, di cui le reti abbandonate rappresentano circa il 27% in UE.

## Conseguenze della pesca illegale

La pesca illegale, non dichiarata e non regolamentata minaccia gli sforzi regionali e nazionali sulla conservazione e gestione degli stock ittici e, come conseguenza, inibisce il progresso verso il raggiungimento degli obiettivi di sostenibilità e responsabilità a lungo termine (FAO; Illegal, Unreported and Unregulated (IUU) fishing).

La problematica della pesca illegale non riguarda esclusivamente il comparto ecologico, ma va a ledere anche l'aspetto socio economico: l'incessante riduzione delle risorse alieutiche avviene a scapito dei pescatori regolari che vedono collassare la pesca locale insieme alla riduzione dell'approvvigionamento alimentare, che comporta un impoverimento alimentare dell'area che viene interessata da queste pratiche fuori legge.

La pesca INN, infatti, è spesso anche associata allo sfruttamento di persone a livello di schiavitù, e questo ad oggi è ancora possibile proprio grazie all'assenza di adeguate regolamentazioni e sanzioni (Worldrise; Libretto di approfondimento sulla Pesca).

Per queste ragioni, essendo l'obiettivo del progetto Meroir la valorizzazione della piccola pesca artigianale, combatterne le minacce quali la pesca illegale, diventa una missione importante per tutelarla.

L'approccio al problema è stato avviato in chiave divulgativa, elaborando un piano di ricerca e comunicazione rivolto principalmente al consumatore, il quale attraverso le proprie scelte consapevoli ed informate può dare un segnale forte nella lotta al problema dell'illegalità della pesca.





3

**IL CONSUMO  
RESPONSABILE**

# IL CONSUMO RESPONSABILE

## Guida al consumo ittico stagionale

La sensibilizzazione rivolta ai consumatori è uno dei punti di forza del progetto Meroir: è anche attraverso le scelte responsabili che si aiutano le realtà virtuose, spesso poco conosciute proprio come le specie trascurate che cerchiamo di far riemergere nei mercati del pesce e nelle pescherie, fino a portarle nelle tavole dei consumatori.

Inoltre, è una maniera indiretta per combattere la pesca INN, imparando a conoscere i prodotti che derivano da un'attività di pesca legale e responsabile.

Le Guide al pesce povero vogliono essere uno strumento al servizio di consumatori e ristoratori che desiderano optare per scelte responsabili legate al consumo delle risorse ittiche, sostenere piccole realtà artigianali locali, rispettare la stagionalità e preservare la cultura gastronomica locale.

La guida è incentrata sul periodo estivo e sul territorio ligure, ed è l'ultima della serie stagionale, in cui vengono identificate alcune specie locali cosiddette "trascurate", spesso considerate catture accidentali e rigettate in mare perché di basso valore commerciale, nonostante siano da sempre presenti nella cultura gastronomica locale.

Con le nostre scelte possiamo fare la differenza rispettando il mare, preservando la nostra cultura e sostenendo lo sviluppo sociale ed economico del territorio.

Nella pagina finale di ciascuna guida è presente una frase tratta dal lavoro di intervista ai pescatori liguri svolto lo scorso anno nell'ambito del progetto Meroir.



## **Vademecum per il ristoratore e per il consumatore responsabile**

Sempre allo scopo di supportare i consumatori, ma anche i ristoratori, nelle loro scelte ittiche culinarie, sono stati realizzati due vademecum con informazioni importanti sull'acquisto e il consumo di pesce.

La lettura delle etichette, la stagionalità del pesce, le differenze tra allevato e pescato, le specie trascurate e quelle sovrasfruttate, le frodi alimentari, sono gli argomenti toccati dai due documenti divulgativi.



A group of people are seen from behind, sitting on a sandy beach. They have their arms raised towards a cloudy sky. The person in the center wears a straw hat and a brown top. To the left, another person wears a yellow top and a straw hat. To the right, a person with curly hair wears a patterned top. The background shows the ocean and a bright, overcast sky.

4

**EVENTI**



# EVENTI

## Workshop IYAFA

il 2022 è stato dichiarato dall'Assemblea Generale delle Nazioni Unite l'Anno Internazionale della Piccola Pesca Artigianale e dell'Acquacoltura (IYAFA 2022) e la FAO è l'agenzia principale incaricata di celebrare l'anno in collaborazione con altri enti.

Con l'obiettivo comune di sensibilizzare sul ruolo della piccola pesca artigianale, il 10 settembre abbiamo partecipato all'evento ideando due giochi rivolti ai bambini per avvicinarli al mondo della pesca artigianale: "lancia la rete", un'attività utile a comprendere il concetto di stagionalità del pesce e a conoscere alcune specie trascurate, e "piccoli grandi pescatori", un percorso a tappe per conoscere meglio il mestiere del pescatore artigianale.



## Podcast- "If Oceans could speak": Sustainable food, tradition and innovation around the Italian coasts

Ti sei mai chiesto cosa significhi mangiare sostenibile sulle coste del Mediterraneo? Con questa premessa si apre l'episodio del podcast di EurOcean, a cui hanno partecipato Stefano Pedone, biologo marino e project officer del progetto #SEAstainable di Worldrise e Mattia Borroni, chef del ristorante "Alexander" di Ravenna, che ha collaborato al progetto Meroir lo scorso anno nella scuola alberghiera di Porto Garibaldi.

Dalla necessità di creare nel pubblico una nuova sensibilità nei confronti del cibo sostenibile proveniente dagli oceani e di colmare il divario tra le vecchie e le nuove generazioni del settore, questo episodio rivela anche l'importanza di riportare alla luce le tradizioni della pesca artigianale e di riscoprire prodotti e sapori locali "perduti", per mangiare in modo più sostenibile sulle coste del Mediterraneo.

[Qui](#) il link al podcast.



## Documentario "Elia"

Worldrise sarà ente patrocinante del documentario "Elia- un racconto di mare e per il mare" di Edoardo Nervi e Christian Olcese.

L'idea del documentario è incentrata sulla pesca e la sua importanza per Genova e per la Liguria, raccontata seguendo Elia Orecchia e il suo peschereccio in un racconto sul mare e per il mare.

Elia Orecchia è un pescatore genovese intervistato lo scorso anno nell'ambito del progetto Meroir, che gestisce l'ittiturismo FishLab della Darsena di Genova.

Insieme ad Elia e ad altri pescatori sarà narrata l'importanza di una pesca sostenibile e controllata, del rispetto per il mare e per le specie che lo abitano entrando nelle vite dei pescatori, capendo cosa significa svolgere questo mestiere nel mondo di oggi, come è cambiato e cosa invece è rimasto invariato fin da quando fu gettata la prima rete in mare.

Inoltre verrà affrontato il tema dell'inquinamento da plastiche e la presa di coscienza sull'importanza di mantenere l'oceano pulito e protetto, andando a conoscere e raccontare tutte le realtà presenti sul territorio che si impegnano a lavorare rispettando l'ambiente e difendendolo, quali Worldrise.





# CONCLUSIONI E OBIETTIVI FUTURI

Il lavoro di ricerca iniziato nel 2021, ci ha permesso di comprendere alcuni aspetti importanti legati ai prodotti ittici della nostra penisola. Attualmente esistono diverse realtà di pesca responsabile, esistono già molti prodotti certificati e protetti da marchi specifici, ma la cosa che manca è il racconto di queste realtà. Meroir non vuole focalizzarsi su un prodotto, ma sulle buone pratiche di pesca che meritano di essere raccontate ed esportate, così da preservarne l'esistenza, minacciata principalmente dalla pesca intensiva e dalla pesca INN.

Come illustrato nella sezione buone pratiche, gli obiettivi futuri sono quelli di raccontare principalmente attraverso la realizzazione di video documentari, alcune delle realtà già individuate nelle zone oggetto di ricerca, nonché di individuarne di nuove.

Inoltre, essendo uno degli obiettivi di Meroir quello di far conoscere ed esportare alcune delle attività preesistenti, nel prossimo periodo lavoreremo per capire dove sarà possibile instaurare un dialogo per condividere alcune delle tecniche di pesca responsabile già praticate nella zona di Ravenna, in collaborazione con l'Organizzazione Cestha.

Il lavoro di ricerca sulla percezione di Meroir rivolto ai consumatori, ci aiuterà nella costruzione delle nuove storie, per renderle il più possibile interessanti e per colmare le principali lacune sulla conoscenza degli aspetti legati alla pesca responsabile.

Infine, grazie al lavoro di ricerca preliminare sulla pesca INN, saranno approfondite alcune delle principali tematiche su questo argomento, creando ulteriore materiale divulgativo per informare i consumatori, sempre nell'ottica di fornire una possibile soluzione che nel nostro piccolo possiamo adottare per contrastare la problematica, anche in collaborazione con esperti del diritto della pesca che ci aiuteranno ad individuare i principali nodi da sciogliere su questo tema.

## Bibliografia e Sitografia

FAO:

<http://thefishproject.weebly.com/artisanal-fisheries.html>;

MIIPAF:

<https://www.politicheagricole.it/flex/cm/pages/ServeBLOB.php/L/IT/IDPagina/1139>

Worldrise:

<https://worldrise.org/wp-content/uploads/2022/04/Report-Meroir.pdf>

The Lexicon:

<https://www.thelexicon.org/a-greener-blue-storytelling-lab/>

LUISS:

<https://open.luiss.it/2021/06/24/listituzione-della-zona-economica-esclusiva-italiana/>

UE:

<https://www.europarl.europa.eu/factsheets/it/sheet/119/le-relazioni-internazionali-nell-ambito-della-pesca>

Agnew et. al.; [Estimating the Worldwide Extent of Illegal Fishing](#); Plos One 2009

FAO:

<https://www.fao.org/iuu-fishing/background/what-is-iuu-fishing/en/>

FAO:

<https://www.fao.org/3/ca2702en/ca2702en.pdf>

U.S. Geological Survey:

<https://www.usgs.gov/publications/definition-depletion-fish-stocks>

FAO:

<https://www.fao.org/iuu-fishing/background/what-is-iuu-fishing/en/>

Yldirim et al.,The nexus between human development and fishing footprint among mediterranean countries; Marine Pollution Bulletin 2022

Oceana:

[https://europe.oceana.org/wp-content/uploads/sites/26/d\\_files/creazione\\_di\\_unquadro\\_cgpm\\_per\\_combattere\\_la\\_pesca\\_inn-web\\_004.pdf](https://europe.oceana.org/wp-content/uploads/sites/26/d_files/creazione_di_unquadro_cgpm_per_combattere_la_pesca_inn-web_004.pdf)

National Geographic:

<https://www.nationalgeographic.it/ambiente/2021/10/come-contrastare-la-pesca-illegale-per-un-mare-piu-sostenibile-e-sicuro>

Legambiente:

<https://www.legambiente.it/wp-content/uploads/2021/11/Rapporto-Mare-Monstrum-2022.pdf>

Ansa:

[https://www.ansa.it/canale\\_ambiente/notizie/natura/2022/06/21/ambiente-drone-sub-contrasta-pesca-illegale-a-strascico\\_afd7b900-cf35-4dde-83ba-c50b0f1e2f68.html](https://www.ansa.it/canale_ambiente/notizie/natura/2022/06/21/ambiente-drone-sub-contrasta-pesca-illegale-a-strascico_afd7b900-cf35-4dde-83ba-c50b0f1e2f68.html)

Greenreport:

<https://greenreport.it/pesca-e-allevamenti/la-pesca-illegale-in-toscana-secondo-ensamble/>

ICRAM:

[Classificazione e descrizione degli attrezzi da pesca in uso nelle marinerie italiane con particolare riferimento al loro impatto ambientale](#)

UE:

<https://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:L:2006:409:0009:0064:IT:PDF>

UE:

<https://www.europarl.europa.eu/news/it/headlines/society/20181005STO15110/plastica-negli-oceani-i-fatti-le-conseguenze-e-le-nuove-norme-infografica>



Worldrise:

[https://worldrise.org/wp-content/uploads/2021/01/Libretto\\_Pesca.pdf](https://worldrise.org/wp-content/uploads/2021/01/Libretto_Pesca.pdf)



**MEROIR**

Un progetto di

Con il supporto di

In collaborazione con



**CISL**

FEDERAZIONE AGRICOLA ALIMENTARE  
AMBIENTALE INDUSTRIALE ITALIANA

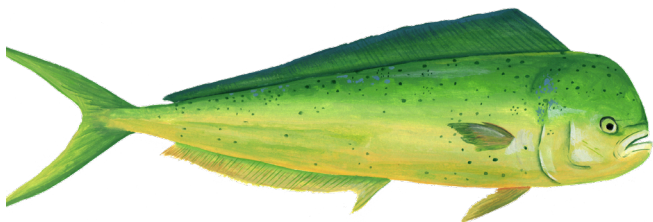
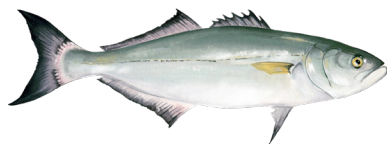
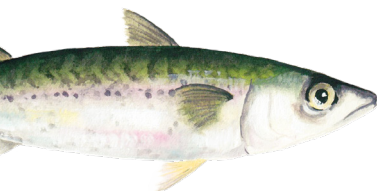
**miperaf**

ministero delle politiche  
agricole alimentari e forestali

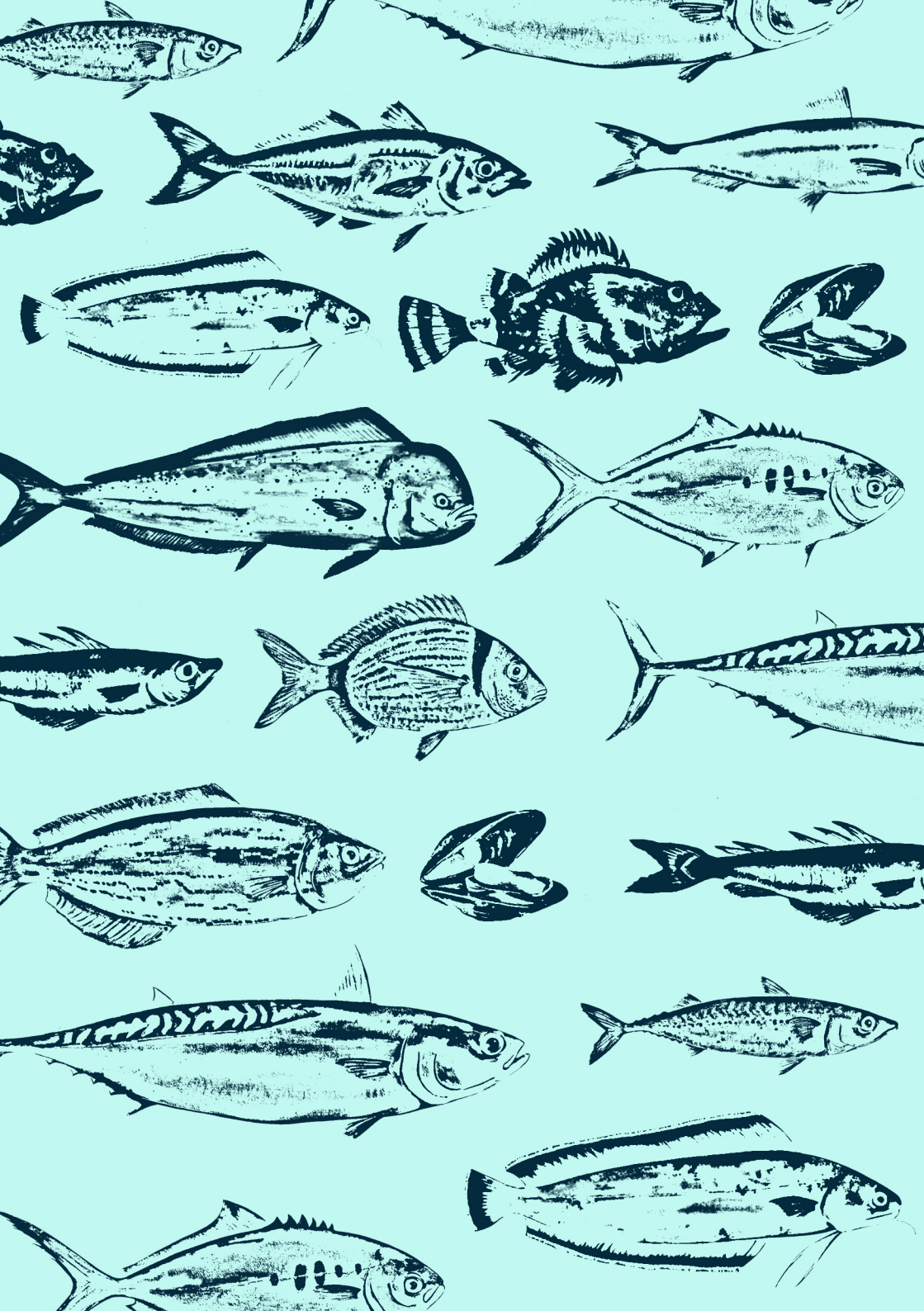




# **SEAstema Liguria:** Guida estiva al pesce povero ligure









# SOMMARIO •

|   |                                                                          |          |
|---|--------------------------------------------------------------------------|----------|
| ● | <b>WORLDRISE (Mission e Vision)</b>                                      | <b>4</b> |
| ● | <b>SEASTEMA LIGURIA</b>                                                  | <b>5</b> |
| ● | <b>GUIDA ESTIVA<br/>PER IL PESCE RITROVATO</b>                           | <b>5</b> |
|   | Mormora<br>( <i>Lithognathus mormyrus</i> )                              | 6        |
|   | Mostella<br>( <i>Phycis phycis</i> )                                     | 7        |
|   | Lampuga<br>( <i>Coryphaena hippurus</i> )                                | 8        |
|   | Leccia stella<br>( <i>Trachinotus ovatus</i> )                           | 9        |
|   | Boga<br>( <i>Boops boops</i> )                                           | 10       |
|   | Barracuda<br>( <i>Sphyraena sp.</i> )                                    | 11       |
|   | Pesce serra<br>( <i>Pomatomus saltatrix</i> )                            | 12       |
|   | Lanzardo<br>( <i>Scomber colias</i> )                                    | 13       |
|   | Potassolo<br>( <i>Micromesistius poutassou</i> )                         | 14       |
|   | Tombarello e Palamita<br>( <i>Auxis rochei</i> ), ( <i>Sarda sarda</i> ) | 15       |
|   | Sugarello<br>( <i>Trachurus trachurus</i> )                              | 16       |
|   | Scorfano nero<br>( <i>Scorpaena porcus</i> )                             | 17       |
|   | Cozza<br>( <i>Mytilus galloprovincialis</i> )                            | 18       |
|   | Alaccia<br>( <i>Sardinella aurita</i> )                                  | 19       |
|   | Saraghi<br>( <i>Diplodus sp.</i> )                                       | 20       |

# WORLDRISE •

Worldrise è una ONLUS ideata da giovani professionisti che sviluppa progetti di conservazione e valorizzazione dell'ambiente marino attraverso un percorso incentrato sulla sensibilizzazione, la creatività e l'educazione.

I progetti di Worldrise vengono coordinati e realizzati coinvolgendo le nuove generazioni per facilitare l'acquisizione di conoscenze pratiche professionali e formare i futuri custodi ed ambasciatori del patrimonio naturalistico del mediterraneo.

Promuoviamo il cambiamento a favore della tutela e valorizzazione dell'ambiente marino, perchè ognuno di noi può essere parte della soluzione.

## MISSION •



### **RISCOPRIRE**

Le tecniche di pesca artigianali locali grazie al coinvolgimento di pescatori.

### **SELEZIONARE**

Le specie povere o dimenticate del territorio grazie all'aiuto di ricercatori.

### **COINVOLGERE**

I ristoratori locali per una proposta culinaria sostenibile

## VISION •

### **(Ri)connettere le persone al mare**

Crediamo che colmare la distanza tra persone e mare sia fondamentale per la salvaguardia del nostro Pianeta Blu.

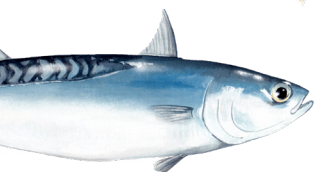
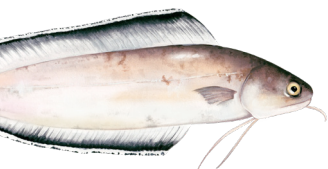
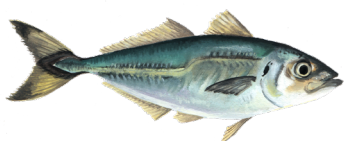
Lavoriamo per un mondo in cui regni la consapevolezza che la nostra esistenza dipende dal mare e che il futuro del mare dipende da noi.

# IL PROGETTO ●

**SEAstema Liguria** è un progetto pilota dedicato alla creazione di una rete virtuosa di realtà locali che si facciano promotrici dell'importanza di un uso responsabile delle risorse marine, promuovendo una (ri)scoperta del territorio e delle sue tradizioni e abbracciando la sostenibilità.

Il progetto promuove le Aree Marine Protette, l'ecoturismo, la piccola pesca artigianale e il consumo responsabile di pesce.

## LA GUIDA ●



**La Guida estiva al pesce povero ligure** vuole essere uno strumento al servizio di consumatori e ristoratori che vogliono fare scelte sostenibili legate al consumo delle risorse ittiche, sostenere piccole realtà artigianali locali, rispettare la stagionalità e preservare la cultura gastronomica locale.

La guida è incentrata sul periodo estivo e identifica una serie di specie locali cosiddette “povere” che spesso vengono considerate catture accidentali e buttate perché di basso valore commerciale, nonostante siano da sempre presenti nella cultura gastronomica locale.

Con le nostre scelte possiamo fare la differenza rispettando il mare, preservando la nostra cultura e sostenendo lo sviluppo sociale ed economico del territorio.

# MORMORA

(*Lithognathus mormyrus*)



• **luglio**

**agosto** •

## ASPETTO ED HABITAT

La mormora è un pesce tipico dei fondali sabbiosi, abitante abituale delle praterie di posidonia. Presenta un corpo argentato con svariate linee verticali brune disposte lungo i fianchi, che l'aiutano a “rompere” la silhouette in modo da mimetizzarsi tra le foglie di posidonia o tra le increspature della luce sul fondale. L'elemento più caratteristico è certamente il muso, molto pronunciato: il muso così allungato permette alla mormora di scandagliare il fondale sabbioso alla ricerca di invertebrati. Non a caso il suo nome latino, “*Lithognathus*”, significa proprio “con le fauci atte a mangiare le pietre”, per la sua abitudine a mangiare animalletti nascosti nella sabbia. Le mormore spesso sono seguite anche da altri scandagliatori dei fondali, come le triglie, che però usano i loro barbigli.

## COTTURA CONSIGLIATA

La mormora è certamente uno dei pesci più pregiati e versatili dei nostri mari, adattandosi a qualsiasi preparazione: dal forno, in cartoccio, alla griglia, in guazzetto, in ragù per condire la pasta. L'unica accortezza sarà di rimuovere le spine, numerose in questo pesce, ma ne varrà la pena.

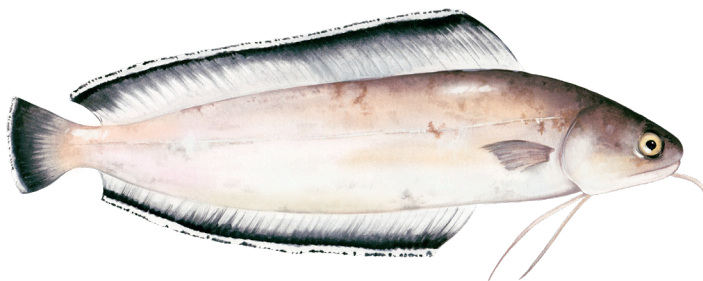
## CURIOSITÀ

La mormora è uno dei vari casi di ermafroditismo che si trovano nel mar Mediterraneo: la mormora nello specifico è proterandrica, ovvero inizia la sua vita da maschio, per poi diventare femmina verso i due anni di età.



# MOSTELLA

(*Phycis phycis*)



• **luglio** **agosto** •

## ASPETTO ED HABITAT

La mostella, detta anche musdea, è un pesce che vive tipicamente nascosto tra gli anfratti dei fondali rocciosi, dove grazie alla sua capacità di rimanere del tutto immobile e i suoi colori bruniti riesce a rendersi praticamente invisibile, osservabile dai subacquei solo illuminandola con una fascio di luce diretto delle torce. Proprio per queste sue abitudini di vita raramente incappa nelle reti dei pescatori, il che la rende un pesce a volte non facilmente reperibile in pescheria. Il suo aspetto è inconfondibile, grazie ai barbigli sul mento e le pinne pelviche trasformate in sottili filamenti bifidi.

## COTTURA CONSIGLIATA

L'aspetto non è certamente dei più invitanti, ma la mostella rientra nella categoria dei "brutti ma buoni": le sue carni sono soffici e tenere, proprio grazie alla sua vita sedentaria, perfette per cotture delicate come il vapore o nel forno all'acqua pazza.

## CURIOSITÀ

La mostella è certamente un pesce timido e poco socievole, essendo come detto incline a vivere nascosta nelle ombre di anfratti o nelle alghe, come indica proprio il suo nome latino "Phycis", dal greco "phykon", che significa appunto alga.

# LAMPUGA

(*Coryphaena hippurus*)



• **luglio** **agosto** •

## ASPETTO ED HABITAT

La lampuga è un grosso pesce predatore, abitante abituale delle acque calde del Mediterraneo meridionale, ma presenza non inconsueta nel mar Ligure. Sicuramente uno dei pesci dalla livrea più eccezionale: il corpo è tinto di colorazioni magnifiche, dal dorso blu-verde, fianchi argenteo-dorati con puntini blu e grossa pinna caudale falcata di colore giallo. Inoltre presenta un dimorfismo sessuale molto accentuato (ovvero gli individui maschi hanno una forma differente dagli individui femmina): I maschi infatti presentano un capo con una grossa “gobba” (da cui uno dei termini dialettali “capone”), e i loro colori sono generalmente più accesi.

## COTTURA CONSIGLIATA

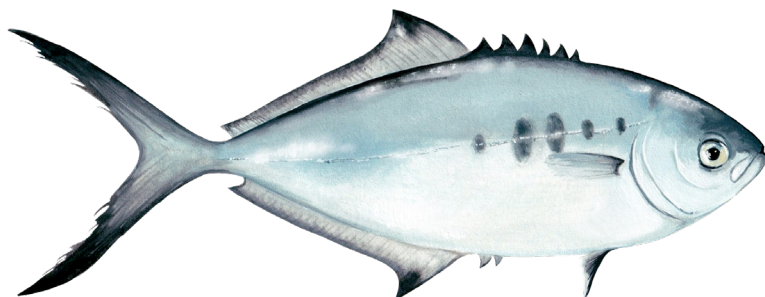
Le grandi dimensioni di questo pesce rendono i suoi filetti molto apprezzati in cucina: alcuni modi per consumarlo sono in umido con sapori mediterranei, come la ricetta siciliana della lampuga “alla matalotta”, farne una cotoletta impanando il filetto, cucinarlo al forno o grigliarlo.

## CURIOSITÀ

Le lampughe si spostano in piccoli gruppi che adorano riposarsi all’ombra di grossi oggetti galleggianti. Per questo una delle tecniche più comuni per pescare questi pesci è tramite l’utilizzo dei FAD - Fishing Aggregating Devices - che si compongono generalmente di semplici zattere messe a galleggiare per attirare questi grossi pesci amanti dell’ombra. L’uso dei FAD tuttavia è vietato in Italia, poiché sotto tali strumenti spesso si rifugiano anche i giovani di molte altre specie, che con il ritiro dello strumento vengono pescati indiscriminatamente.

# LECCIA STELLA

(*Trachinotus ovatus*)



• **luglio** **agosto** •

## ASPETTO ED HABITAT

La leccia stella ha un aspetto difficilmente confondibile, simile ad una ricciola ma molto più ovale (da cui il nome della specie “ovatus”) e con una serie di macchie ovali sui fianchi. Anche le punte della coda a rondine perfettamente simmetrica e le punte delle pinne dorsali e anali presentano macchie nere. Vive poco distante dalle coste, in genere sui fondali sabbiosi dove cerca gruppi di piccoli pesci, come latterini o larve di acciuga e sardina, dove può avventarsi con poderosi scatti.

## COTTURA CONSIGLIATA

Le carni della leccia stella sono simili a quelle della leccia o della ricciola: sono quindi filetti sodi ottimi per essere cotti al forno o al cartoccio, ma va anche cucinata intera. Può anche essere usata per condire la pasta. Essendo un pesce poco conosciuto data la sua occasionalità nei banchi delle pescherie, la sua versatilità in cucina è ancora un terreno inesplorato.

## CURIOSITÀ

I pesci del genere *Trachinotus* hanno la capacità di crescere con eccezionale velocità, centuplicando le proprie dimensioni in pochi giorni dalla schiusa dalle uova. Questa caratteristica ha aperto nuovi orizzonti sperimentali per l'allevamento ittico marino, tanto che la leccia stella insieme a suoi parenti oceanici viene attualmente allevata con il nome di “pompano” negli Stati Uniti ed in Cina.

# BOGA

(*Boops boops*)



•

**luglio**

**agosto**

**settembre**

## ASPETTO ED HABITAT

La boga è un piccolo pesce (in media di 15 cm) che presenta un grosso occhio, colorazione argentea tendente al verde e una vistosa linea laterale scura su entrambi i fianchi. Generalmente cosmopolita su tutte le coste liguri, sembra prediligere i fondali rocciosi, certamente non assenti lungo la riviera. Da sempre comunissimo lungo le nostre coste, un tempo componeva una fetta sostanziale del ricavato ittico totale, tanto da avere una sua pesca dedicata (la “rebughera”). Attualmente è di interesse commerciale nullo, tanto che se pescata viene generalmente ributtata in acqua o usata come esca per altre specie di maggior valore.

## COTTURA CONSIGLIATA

La boga è un pesce molto magro e salutare, che viene spesso ritrovata frita in svariate digressioni regionali: per esempio frita con la “cipollata” in Sicilia, frita e messa in carpione in Liguria o frita e condita “a scabeccio” in Sardegna. Altrimenti può essere grigliata e condita con un salmoriglio, come in uso in Calabria, o tentare un approccio dai curiosi gusti agrodolci cucinandola con un vino passito.

## CURIOSITÀ

La capacità delle boghe di nutrirsi di alghe come salpe e saraghi, è attualmente un motivo di studio per arginare l'avanzamento dell'alga aliena *Caulerpa cylindracea*, una specie invasiva del Mar Rosso che pone una seria minaccia per le praterie di posidonia.



# BARRACUDA

(*Sphyraena* sp.)



•

**luglio**

**agosto**

**settembre**

## ASPETTO ED HABITAT

I barracuda sono pesci dalla forma inconfondibile, dal corpo sottile e appuntito, mascella prominente e sguardo minaccioso. Sul dorso presentano barre scure ben visibili. Attualmente sono presenti sulle coste liguri due diverse specie di barracuda, lo *Sphyraena sphyraena*, ovvero il barracuda mediterraneo (a volte anche definito “luccio di mare”) da sempre autoctono, e lo *Sphyraena viridensis*, detto barracuda boccagialla o barracuda atlantico, dato che è una specie aliena proveniente dall’oceano Atlantico e sempre più diffuso. La differenza tra i due è praticamente nulla, se non la presenza di squame sull’opercolo della guancia nel primo e l’assenza di squame nel secondo. Entrambi si muovono in grandi banchi e sembra che il barracuda mediterraneo prediliga i fondali sabbiosi, mentre il barracuda atlantico i fondali rocciosi.

## COTTURA CONSIGLIATA

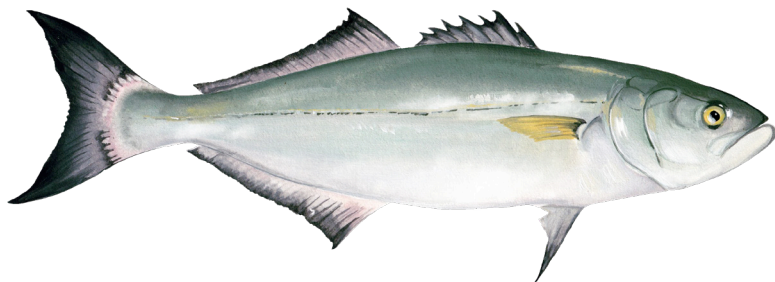
Essendo un grande predatore le carni del barracuda risultano molto magre, ma non stoppose, dunque le cotture più consigliate sono quelle abbinate con aromi e sapori decisi. Che sia cotto lessato, in umido, al forno o al cartoccio, può essere accompagnato da cipolle, olive, capperi e spezie mediterranee.

## CURIOSITÀ

Probabilmente la presenza cinematografica più famosa del barracuda è stata nel film “Alla Ricerca di Nemo” della Pixar, dove a inizio film ha traumatizzato gli spettatori divorando tutte le uova dei fratelli e sorelle di Nemo. Seppur sia un predatore provetto (ha una vista così acuta da permettergli di cacciare nell’acqua torbida) non risulta aggressivo per l’uomo, anche se si sono registrati casi di morsi: per esempio nel 2010 a Monterosso dove una turista sguazzando con i piedi dal materassino è stata scambiata da un barracuda per una possibile preda; il tutto si è risolto con un piede arrossato, un grande spavento e un materassino sgonfiato.

# PESCE SERRA

(*Pomatomus saltatrix*)



•

**luglio**

**agosto**

**settembre**

## ASPETTO ED HABITAT

Il pesce serra è definito spesso come “una via di mezzo tra un branzino e una ricciola”, condividendo con essi le dimensioni notevoli, la mascella molto sviluppata e dotata di denti aguzzi. Come per il branzino le sue scaglie sono ben visibili. Il pesce serra è diventato un avvistamento sempre più comune nel mar Ligure, essendo in verità una specie tipica nelle calde acque del Mediterraneo meridionale. Tuttavia il riscaldamento globale ha portato ad una “meridionalizzazione” del mar Ligure, e le sue acque sono diventate abbastanza calde da poter ospitare questa specie stanzialmente.

## COTTURA CONSIGLIATA

Dal pesce serra date le dimensioni notevoli si possono ottenere degli ottimi filetti identici a quelli di un branzino: come quest'ultimo quindi presenta una enorme versatilità in cucina. Per gustarsi appieno la bontà del pesce si può mangiare in semplicità, per esempio al cartoccio od in crosta di sale, ma anche al forno con condimento mediterraneo di pomodorini e capperi farà un figurone.

## CURIOSITÀ

Il pesce serra ha una nomea terrificante tra i pescatori: questo pesce voracissimo caccia in grossi gruppi, in particolare da giovane, che entrano in frenesia di caccia nell'incontrare le prede, divorando qualsiasi cosa in una furia cieca. Non è raro identificare il passaggio di un banco di pesci serra con i resti sparsi e frammentati delle loro prede.

# LANZARDO

(*Scomber colias*)



•

**luglio**

**agosto**

**settembre**

## ASPETTO ED HABITAT

Il lanzardo, chiamato anche sgombro cavalla, è un parente del più conosciuto sgombro. Da quest'ultimo si distingue, con un occhio attento, da un'ombreggiatura nera intorno all'occhio, una colorazione più giallastra (tanto da essere definita "giallo lanzardo") che unita al blu del dorso tipico dei pesci azzurri viene a formare un verde, e la presenza di macchie circolari scure sul ventre argentato (nello sgombro comune il ventre rimane privo di macchie). Inoltre il lanzardo è tendenzialmente più piccolo dello sgombro. Ultimamente il lanzardo è molto comune lungo le coste del mar Ligure, mentre gli sgombri sembrano essere presenze sempre più rare. Pur avendo un valore di mercato minore, molti pescivendoli approfittando della poca conoscenza della specie da parte del pubblico tendono a vendere i lanzardi come ben più pregiati sgombri.

## COTTURA CONSIGLIATA

Il lanzardo è considerato il "cugino povero" dello sgombro: in cucina possono essere del tutto interscambiabili, per quanto il lanzardo presenti qualche spina in più. Il lanzardo può dunque essere mangiato a crudo, in carpaccio, cucinato in sughi per la pasta, ed essendo la sua carne ricca di lipidi (la maggior parte buoni come gli omega3) è ottimo anche alla piastra o grigliato, condito con un semplice salmoriglio.

## CURIOSITÀ

Il lanzardo è elemento imprescindibile nella cultura culinaria delle isole dell'Egeo, tanto che in greco esistono due termini per definirlo: koliós per i lanzardi estivi e di primo autunno, ricchi di grasso e uova, e tsíros per i lanzardi più magri di fine inverno e primavera. Non è raro su quelle isole vedere lanzardi aperti a farfalla lasciati a essiccare al sole con le erbe, per poi essere consumati sulla griglia.

# POTASSOLO

(*Micromesistius poutassou*)



•

**luglio**

**agosto**

**settembre**

## ASPETTO ED HABITAT

Il potassolo, detto anche melù, vive vicino ai fondali delle coste liguri, risalendo talvolta verso la superficie durante le ore notturne, ed è molto simile al nasello (ovvero il merluzzo mediterraneo). La principale differenza tra le due specie consiste nella taglia e nella colorazione: il melù è infatti più piccolo, arrivando a massimo 50 cm di lunghezza, e presenta un dorso di colore azzurro metallico mentre nel nasello è grigio o brunastro. Per le sue dimensioni ridotte è sempre stato considerato un pesce di valore molto minore, se non nullo, rispetto al nasello, ed è quindi spesso venduto a prezzi molto più economici.

## COTTURA CONSIGLIATA

I filetti di potassolo son certamente più piccoli di quelli di nasello, ma come quest'ultimo è altrettanto versatile. Impanati e fritti, farciti come involtini, cotti al forno gratinati con erbe. Le possibilità sono infinite!

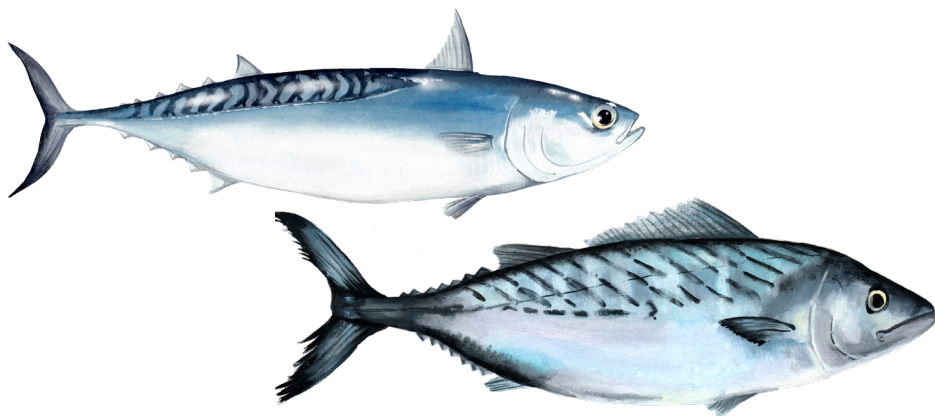
## CURIOSITÀ

Essendo un pesce con abitudini di vita demersali ovvero che vive nei pressi del fondale, viene spesso pescato con la pesca a strascico: è importante verificare sempre che lo strascico utilizzato per pescarlo sia di piccola pesca tradizionale, e non strascico industriale, molto impattante per il mare.



# TOMBARELLO E PALAMITA

(*Auxis rochei*), (*Sarda sarda*)



•

•

**agosto**

**settembre**

## ASPETTO ED HABITAT

Entrambi appartengono alla stessa famiglia dei tonni, di cui condividono la forma a siluro e la presenza di numerose “pinnule” dall’aspetto simile a spine, disposte lungo tutto il dorso prima della coda. Entrambi presentano colorazioni molto peculiari e vistose: la palamita sulla parte superiore del dorso, di colore blu metallico, sfoggia una serie di linee nere parallele, mentre tombarello ha un reticolato nero irregolare. Entrambi sono predatori gregari e voraci dell’ambiente pelagico, ovvero lontano dalle coste.

## COTTURA CONSIGLIATA

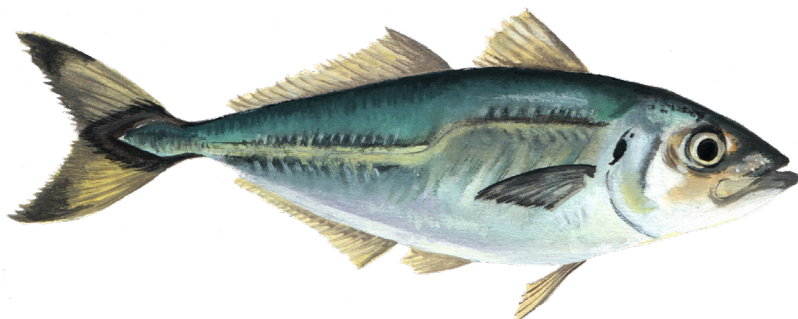
Entrambi sono ottimi sostituti del tonno, da taluni considerati anche migliori, poiché più delicati e raffinati. I filetti ottenuti sono ottimi da consumare a crudo, previo abbattimento o con cotture rapide come una leggera scottatura sulla griglia o in crosta di pistacchi/semi di sesamo.

## CURIOSITÀ

Palamite e tombarelli sono pressoché sconosciuti dal grande pubblico seppur siano sempre stati pescati nei nostri mari. Nella cucina orientale, in particolare quella giapponese, questi pesci ne fanno da padroni.

# SUGARELLO

(*Trachurus trachurus*)



•

•

**agosto**

**settembre**

## ASPETTO ED HABITAT

Il sugarello tende a vivere in banchi spesso aggregati ad acciughe e sardine, seppur per la maggior parte del tempo viva a profondità maggiori di quest'ultime. Rispetto al normale pesce azzurro si riconosce per la vistosa linea laterale ricoperta di placche chiamate "scudetti" a forma di "s" allungata su entrambi i fianchi. I piccoli di sugarello hanno la curiosa abitudine di difendersi dai predatori vivendo nascosti tra i tentacoli delle meduse meno urticanti. Anche se più raro, è possibile incontrare anche il Sugarello maggiore (*Trachurus mediterraneus*) che è identico in tutto e per tutto al sugarello normale, tranne per gli scudetti della linea laterale leggermente più grandi.

## COTTURA CONSIGLIATA

Pur essendo, come tutti i pesci azzurri, ricco di omega 3 e decisamente più facile da spinare di molti altri pesci, il sugarello è pressoché sconosciuto. Per la polposità delle carni ha una versatilità eccezionale, potendo essere cucinato bollito in zuppa, fritto, al cartoccio, all'acqua pazza o per gli esemplari più grandi anche cucinato alla griglia.

## CURIOSITÀ

Il sugarello è un pesce ottimo, come ben sanno gli abitanti di Tenerife, così tanto amanti di questo pesce da dedicargli interi monumenti ed essere chiamati comunemente "chicharrones", ovvero proprio "sugarelli".

# SCORFANO NERO

(*Scorpaena porcus*)



• • **agosto**

**settembre**

## ASPETTO ED HABITAT

L'aspetto dello scorfano nero gli permette di mimetizzarsi completamente con l'ambiente circostante. Immobile sugli scogli di coralligeno, con i colori variegati che ne spezzano la silhouette e svariate escrescenze simili ad alghe su tutto il corpo, nessuna preda nota la sua presenza, almeno finché non è troppo tardi. Lo scorfano nero vive all'ombra della fama del suo ben più noto parente, lo scorfano rosso (*Scorpaena scrofa*) a cui però non ha nulla da invidiare, e da cui si differenzia non tanto per il colore ma per la presenza nello scorfano rosso di una macchia nera sulla pinna dorsale ed una taglia generalmente maggiore. Date le dimensioni minute, lo scorfano nero non ha mai avuto un interesse commerciale, e se pescato viene di solito ributtato in mare come pesca accessoria.

## COTTURA CONSIGLIATA

Lo scorfano nero si presta bene all'utilizzo nelle zuppe, che si tratti di un cacciucco livornese, una burrida ligure o una bouillabaisse marsigliese, esso darà sapore attraverso le sue carni tenere, le quali risultano ottime anche per i sughi di pesce per la pasta.

## CURIOSITÀ

Come tutti gli scorfani, lo scorfano nero va maneggiato con cura avendo le spine della pinna dorsale (ma anche quelle anali e pelviche) velenose! Tanto più lo scorfano è grosso, tanto più il veleno è forte. Queste caratteristiche lo rendono davvero molto pericoloso.

# COZZA

(*Mytilus galloprovincialis*)



•

**luglio**

**agosto**

**settembre**

## ASPETTO ED HABITAT

Le cozze, anche dette “muscoli” in ligure, sono dei molluschi bivalvi dalle inconfondibili valve nere, e l’animale di colore arancione brillante. In natura vivono attaccati alle superfici dure tramite fibre chiamate “bisso” e si nutrono filtrando l’acqua attraverso le branchie per nutrirsi del fitoplancton (le microalghe). Attualmente la quasi totalità delle cozze consumate non viene pescata selvatica, ma viene allevata tramite mitilicoltura, facendo crescere migliaia di cozze su lunghe corde tenute a galleggiare nelle zone più pulite del mare.

## COTTURA CONSIGLIATA

Le cozze sono da sempre un caposaldo della cucina italiana da nord a sud, disponibili tutto l’anno grazie all’attività di allevamento. Per cucinarle basta pulire le conchiglie da ogni possibile epifita come alghe o balani, e rimuovere il bisso dalla giuntura delle valve. Dopodiché si possono cucinare al vapore, facendole aprire e mangiandole con limone e pepe, o aggiungerle a sughi allo scoglio, risotti alla marinara, paele, fregole, tielle, zuppe, metterle in forno a gratinare o farle ripiene nello stile spezzino. Per le cozze il limite è la fantasia!

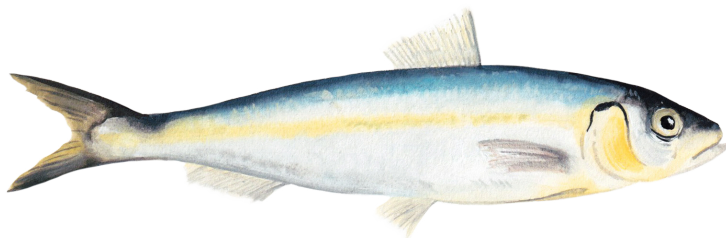
## CURIOSITÀ

La cozza è uno dei pochi prodotti di allevamento marino totalmente sostenibile. A differenza degli allevamenti di pesce infatti, le cozze crescono senza alcun apporto di mangimi extra da parte dell’uomo. L’importante è dunque scegliere le cozze cresciute negli allevamenti con le acque dalla salubrità certificata, come le cozze degli allevamenti spezzini, il sito di molluschi-coltura storico della Liguria.



# ALACCIA

(*Sardinella aurita*)



•

**luglio**

**agosto**

**settembre**

## ASPETTO ED HABITAT

Le caratteristiche dell'alaccia sono ben espresse dal suo nome latino: molto simile alla sardina comune, come indica il genere *Sardinella*, solo più tozza, alla vista è ben riconoscibile per la lunga linea dorata che passa orizzontalmente lungo tutto il fianco del pesce, come indica il termine aurita. L'alaccia in passato è sempre stata un avvistamento raro nel mar Ligure, essendo una specie molto più comune nelle calde acque del Mediterraneo meridionale. Tuttavia il riscaldamento globale ha portato ad una “meridionalizzazione” del mar Ligure, e le sue acque sono diventate abbastanza calde da poter ospitare questa specie stanzialmente. Ormai l'alaccia è diventata una cattura comunissima dalle tecniche a circuizione, come la lampara, e si ritrova sempre associata a specie di maggiore interesse come l'acciuga o la sardina.

## COTTURA CONSIGLIATA

L'alaccia in cucina è identica alla sardina, però attenzione: l'alaccia è un pesce più grande della media delle sardine e con un numero maggiore di spine. Per il resto è un pesce estremamente versatile: si può aprire a libro e cucinare gratinata al forno, in sugo di pomodoro alla livornese, ripiena alla ligure, anche marinata nel limone.

## CURIOSITÀ

L'alaccia non presenta mercato attualmente nelle marinerie dell'Italia centrale e settentrionale, tuttavia nel Canale di Sicilia è sempre stato un prodotto di consumo: questo è testimoniato dall'alaccia salata di Lampedusa, un prodotto storico che ha ottenuto il marchio Slow Food.

# SARAGHI

(*Diplodus* sp.)



•

**luglio**

**agosto**

**settembre**

## ASPETTO ED HABITAT

I saraghi sono un genere di pesce molto comune lungo le coste liguri. Le quattro più comuni e rappresentative sono il **sarago fasciato** (*Diplodus vulgaris*), il **sarago maggiore** (*Diplodus sargus*), il **sarago pizzuto** (*Diplodus puntazzo*) ed il **sarago sparaglione** (*Diplodus annularis*). Tutte e quattro le specie condividono la presenza di una banda nera al peduncolo caudale. Il sarago fasciato è ben riconoscibile dalle altre specie per la grossa fascia nera sul lato frontale; il sarago maggiore e pizzuto condividono le fasciature brune lungo i fianchi, ma il pizzuto si riconosce per il muso più allungato. Il sarago sparaglione invece presenta fianchi argentati uniformi, ma si riconosce facilmente per le pinne ventrali gialle. I saraghi sono frequentatori dei fondali rocciosi, a parte lo sparaglione che preferisce le praterie di posidonia. Inoltre mentre il sarago fasciato ed il sarago maggiore sono generalmente gregari, il sarago pizzuto e lo sparaglione tendono ad essere solitari.

## COTTURA CONSIGLIATA

I saraghi sono pesci semigrassi che danno il meglio di sé nelle cotture al forno o al cartoccio, o nelle preparazioni con basi acide come in padella all'acqua pazza.

## CURIOSITÀ

Sembra che le quattro specie di sarago abbiano i periodi riproduttivi diffusi lungo tutto l'anno, una stagione per specie: dunque per quanto i saraghi si possano pescare e consumare tutto l'anno, è meglio evitare la specie che si riproduce in quella stagione. Per la stagione estiva è meglio evitare il **sarago sparaglione**.

***“Vorrei semplicemente consigliare a chi non lo avesse ancora fatto di provare una giornata di pescaturismo per avvicinarsi ai mestieri della pesca, e una serata presso un ittiturismo per assaporare ricette nuove e sfiziose che valorizzano il nostro pesce locale, soprattutto quello meno conosciuto che difficilmente troveranno nei menù dei grandi ristoranti.”***

— Franco D’Ambra,  
pescatore di Sestri Levante

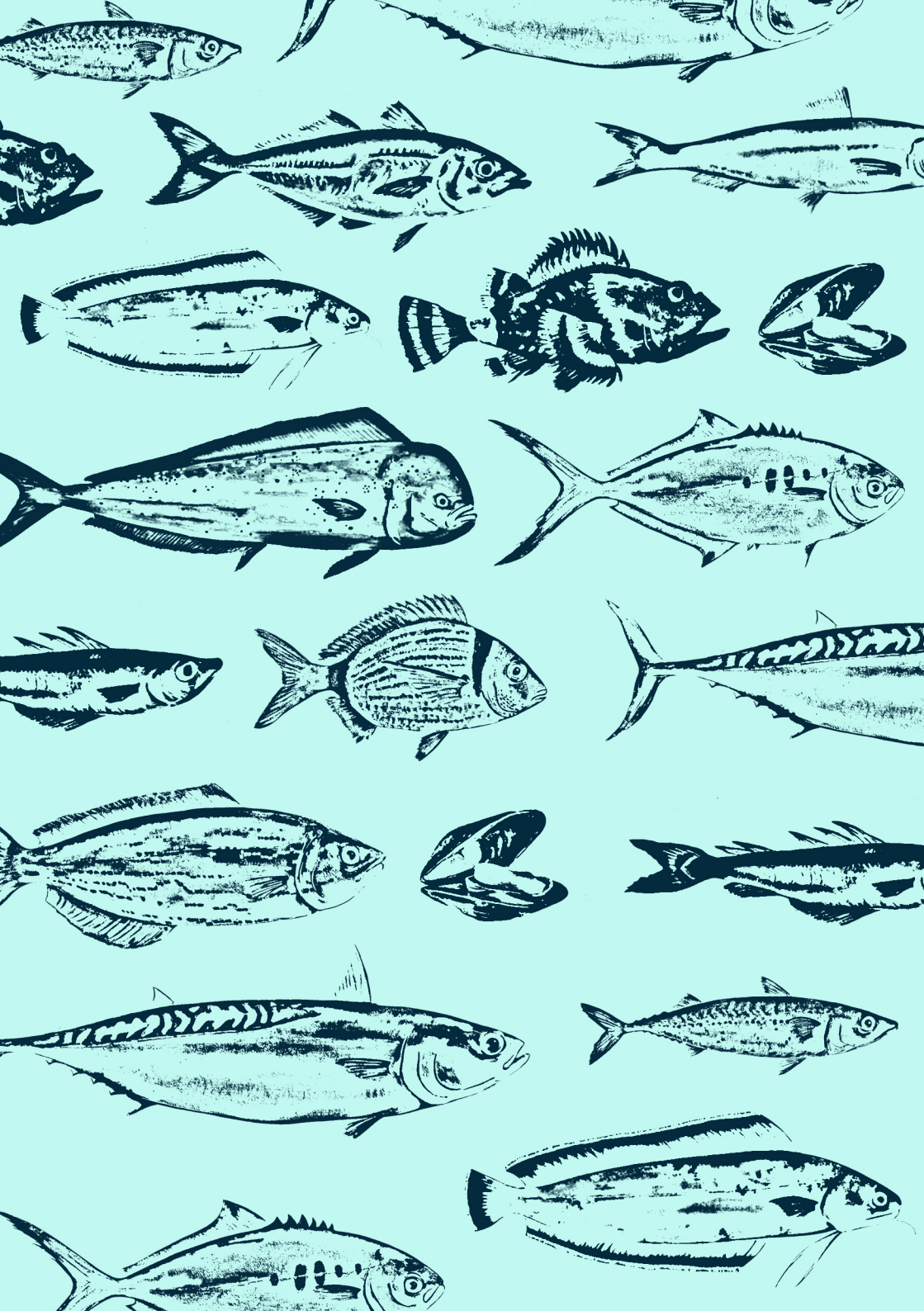
# UNITI PER FARE LA DIFFERENZA

**La nostra esistenza dipende dal mare,  
il futuro del mare dipende da noi.**



 [worldrise.org](https://worldrise.org)  
 [fb.com/worldrise](https://fb.com/worldrise)  
 [worldrise\\_onlus](https://worldrise_onlus)







# VADEMECUM PER IL CONSUMATORE RESPONSABILE

Per essere un consumatore responsabile non serve per forza comprare il pesce a “km zero”, fortuna di poche persone che vivono nei pressi dei porti di pesca, ma ancor meglio è comprarlo a “km buono”.

Come? Seguendo questi 7 semplici punti:

## 1. La provenienza

Quando compri il pesce fai sempre attenzione alla sua provenienza! Solo chi vive sul mare può avere la fortuna di comprare il pesce direttamente dal pescatore, nei mercati presenti in molte città marittime, essendo certo della sua provenienza locale. Tuttavia, anche per chi vive lontano dal mare, qualunque banco del pesce è tenuto per legge ad esporre un codice che può essere facilmente tradotto per comprendere il luogo d'origine: questo è il **codice FAO** (Organizzazione delle Nazioni Unite per l'alimentazione e l'agricoltura) in cui la zona Mediterranea è indicata con il numero 37. A questo numero può seguire il codice 1.3 per definire il Mar Ligure e Tirreno, 2.1 per l'Adriatico e il 2.2 per lo Ionio e Golfo Libico. Dando una breve occhiata al codice si è dunque in grado di definire se il pesce in vendita venga da mari italiani o meno.





## 2. Non scegliere le specie sovrasfruttate

Nel mondo gastronomico ci sono specie ittiche che sono sempre state sotto i riflettori, considerate più pregiate, facili da preparare ed in generale più apprezzate dal grande pubblico. Tuttavia questa fama ha portato ad uno sfruttamento eccessivo delle stesse, spesso sfociato, in alcune zone del mondo, in un depauperamento tale da portarle sull'orlo dell'estinzione. Queste specie sono i **tonni** (tra cui il pinna gialla, il tipico tonno atlantico contenuto in tutte le lattine della grande distribuzione), il **pesce spada**, il **merluzzo nordico** (usato per stoccafisso, baccalà e qualsiasi lavorazione surgelata a base di merluzzo), i **ricci di mare** e i **gamberi**, come gambero rosso, viola e mazzancolle nostrane, la cui pesca comporta anche una distruzione degli habitat a coralli profondi, dove vivono in abbondanza.



Fig1: Tonni all'asta del pesce





### 3. Prediligi il pesce pescato a quello allevato

Il pesce allevato è un'opzione attualmente molto meno sostenibile del pesce pescato, poiché necessita di essere nutrito con il doppio del suo peso in pesce pescato, andando così ad accrescere ulteriormente lo sfruttamento dei mari. In Mediterraneo attualmente i pesci allevati in mare consistono quasi interamente in **orate** e **branzini** (anche detti spigole).

Anche l'etica degli allevamenti varia: in Italia la normativa sugli allevamenti è abbastanza rigida, soprattutto sulle taglie e sui mangimi, il che rende i prezzi molto elevati. In altri paesi (in Grecia soprattutto) il pesce allevato viene spesso nutrito con mangimi ricchissimi in grassi e antibiotici, aiutando il pesce a crescere più velocemente in volume a discapito della salubrità del prodotto. Stessa sorte subiscono i **salmoni** (il salmone commerciale è quasi per la sua totalità allevato), i **polpi** e le **mazzancolle tropicali**, queste ultime ancora più impattanti in quanto necessitano di essere allevate sotto costa e in molti paesi tropicali gli allevamenti prendono il posto delle foreste di mangrovie, con gravi danni non solo per la biodiversità ma anche alla resistenza delle coste alle mareggiate.



Fig.2: Nutrizione dei pesci allevati con mangime secco



## 4. La molluschicoltura fa eccezione

L'allevamento delle **cozze** e delle **ostriche** fa eccezione a quanto detto sopra, in quanto cozze e ostriche non si nutrono di mangimi particolari, ma si nutrono autonomamente tramite le loro branchie filtrando dall'acqua le particelle alimentari in sospensione. La molluschicoltura, soprattutto in zone storiche come la mitilicoltura nello Spezzino e nell'Olbiese, e l'ostricoltura nell'Ogliastra, a Taranto, nel sud della Francia e a Portovenere (con la sua particolare "ostrica verde"), va considerata come attività di pesca tradizionale.

## 5. Stai attento alla stagionalità ed alla taglia

Il pesce non è sempre disponibile allo stesso modo lungo il corso dell'anno. Per far sì che le popolazioni non si riducano drasticamente, è necessario permettere ad ogni coorte (ovvero un gruppo di individui nati nello stesso anno) di riprodursi almeno una volta nella vita. Questo viene permesso nelle attuali legislazioni tramite l'introduzione delle **taglie minime** e seguendo la **stagionalità** delle diverse specie: in certi periodi dell'anno il pesce si trova nella fase riproduttiva, pertanto pescarlo in quel periodo rischierebbe di comprometterne la riproduzione. Controlla sempre che il fornitore sia affidabile nel proporre i prodotti più sostenibili e a norma di legge: pesci dalla taglia abbastanza grande per rientrare nelle misure di legge e nel periodo idoneo a consentirne la riproduzione (per maggiori informazioni controlla la nostra guida con le specie suggerite).





## 6. Attento alle frodi

Al banco del pesce è importante aguzzare l'occhio per non cadere nelle frodi, purtroppo molto presenti tra i rivenditori meno affidabili, che spacciano specie di scarso valore per altre difficilmente distinguibili ma molto più pregiate (e costose): tra gli esempi più noti abbiamo i filetti di **pangasio**, una specie di pesce gatto allevato lungo le coste indocinesi, composti quasi per intero di acqua e dallo scarso valore nutrizionale, venduti come filetti di merluzzo, il **surimi**, un macerato di scarti di pesce, colorato ed insaporito per essere venduto come polpa di granchio; i **lanzardi**, pesci dallo scarso valore commerciale spacciati come i loro cugini più costosi, gli sgombri (pur rimanendo un'ottima scelta); ed infine i filetti di **smeriglio**, un tipo di squalo, rivenduti per filetti di pesce spada: gli squali svolgono il ruolo di predatore apice nelle catene alimentari e sono fondamentali per il benessere degli habitat marini; Stanno diventando tanto rari nel mare quanto comuni nel piatto: considerate che l'Italia è il primo importatore in Europa di carne di squalo, ed il secondo esportatore dopo la Spagna.

Evitare di mangiarli è un grande passo per la salvaguardia dell'ambiente marino.



Fig.3: Un filetto di pesce spada (a sinistra) ed un filetto di smeriglio (a destra) a confronto



## 7. Prova il pesce “trascurato”

Per i tuoi piatti sbizzarrisciti usando le specie “trascurate”, ovvero sia quell’insieme di specie da sempre presenti nel territorio e nella cultura gastronomica locale, ma che nel tempo sono state dimenticate per le specie più sponsorizzate globalmente (vedi punto 2) a causa del loro scarso valore di mercato (per esempio **boghe**, **sugarelli** e **saraghi**), sia quelle specie definite “aliene” arrivate da poco nei nostri mari da altre zone o per cause accidentali o a causa del riscaldamento del Mediterraneo, che ne sta cambiando progressivamente la biodiversità, portando anche delle opportunità di consumo (vedesi l’**alaccia** e il **barracuda** nel Tirreno, o il **granchio blu** e la **rapana** nell’Adriatico). Alcune specie trascurate sono dei perfetti sostituti per alcune delle specie sovrasfruttate: prova i tonnetti in alternativa ai tonni!

## +1: Informa ed informati!

Ora che conosci tutti i punti per essere un consumatore responsabile, il passo successivo è quello del passaparola: condividi questo vademecum con amici e parenti, e continua a tenerti informato. Ognuno di noi singolarmente è una goccia, ma tante gocce formano il mare!





# VADEMECUM PER IL RISTORATORE RESPONSABILE

In questa semplice guida in sette punti scoprirete come poter essere un ristoratore responsabile proponendo ai vostri clienti pesce non necessariamente a “km zero”, ma a “km buono”. Come? Seguendo questi 7 semplici punti:

## 1. La provenienza

Quando acquisti il pesce, ricordati sempre di controllarne la provenienza! Per sapere dove il prodotto è stato pescato, per legge è obbligatorio che il fornitore riporti un codice che può essere facilmente tradotto per comprenderne il luogo di origine. Il **codice FAO** (Organizzazione delle Nazioni Unite per l'alimentazione e l'agricoltura) per la zona Mediterranea è indicato con il numero 37, a cui segue il numero 1 per il Mediterraneo Occidentale (1.1 per il mare di Alboran e delle Baleari, 1.2 per il golfo del Leone, 1.3 per mar Ligure e Tirreno); 2 per il Mediterraneo Centrale (2.1 per l'Adriatico e 2.2 per lo Ionio e il golfo libico); 3 per il Mediterraneo Orientale (3.1 per il mar Egeo e 3.2 per il bacino levantino) e 4 per il Mar Nero.



## 2. Non scegliere le specie sovrasfruttate

Nel mondo gastronomico ci sono specie ittiche che sono sempre state sotto i riflettori, considerate più pregiate, facili da preparare ed in generale più apprezzate dal grande pubblico. Tuttavia questa fama ha portato ad uno sfruttamento eccessivo delle stesse, spesso sfociato, in alcune zone del mondo, in un depauperamento tale da portarle sull'orlo dell'estinzione. Queste specie sono i **tonni** (tra cui il pinna gialla, il tipico tonno atlantico contenuto in tutte le lattine della grande distribuzione), il **pesce spada**, il **merluzzo nordico** (usato per stoccafisso, baccalà e qualsiasi lavorazione surgelata a base di merluzzo), i **ricci di mare** e i **gamberi**, come gambero rosso, viola e mazzancolle nostrane, la cui pesca comporta anche una distruzione degli habitat a coralli profondi, dove vivono in abbondanza.



Fig1: Tonni all'asta del pesce







### 3. Prediligi il pesce pescato a quello allevato

Il pesce allevato è un'opzione attualmente molto meno sostenibile del pesce pescato, poiché necessita di essere nutrito con il doppio del suo peso in pesce pescato, andando così ad accrescere ulteriormente lo sfruttamento dei mari. In Mediterraneo attualmente i pesci allevati in mare consistono quasi interamente in **orate** e **branzini** (anche detti spigole).

Anche l'etica degli allevamenti varia: in Italia la normativa sugli allevamenti è abbastanza rigida, soprattutto sulle taglie e sui mangimi, il che rende i prezzi molto elevati. In altri paesi (in Grecia soprattutto) il pesce allevato viene spesso nutrito con mangimi ricchissimi in grassi e antibiotici, aiutando il pesce a crescere più velocemente in volume a discapito della salubrità del prodotto. Stessa sorte subiscono i **salmoni** (il salmone commerciale è quasi per la sua totalità allevato), i **polpi** e le **mazzancolle tropicali**, queste ultime ancora più impattanti in quanto necessitano di essere allevate sotto costa e in molti paesi tropicali gli allevamenti prendono il posto delle foreste di mangrovie, con gravi danni non solo per la biodiversità ma anche alla resistenza delle coste alle mareggiate.



Fig.2: Nutrizione dei pesci allevati con mangime secco



## 4. La molluschicoltura fa eccezione

L'allevamento delle **cozze** e delle **ostriche** fa eccezione a quanto detto sopra, in quanto cozze e ostriche non si nutrono di mangimi particolari, ma si nutrono autonomamente tramite le loro branchie filtrando dall'acqua le particelle alimentari in sospensione. La molluschicoltura, soprattutto in zone storiche come la mitilicoltura nello Spezzino e nell'Olbiese, e l'ostricoltura nell'Ogliastra, a Taranto, nel sud della Francia e a Portovenere (con la sua particolare "ostrica verde"), va considerata come attività di pesca tradizionale.

## 5. Stai attento alla stagionalità ed alla taglia

Il pesce non è sempre disponibile allo stesso modo lungo il corso dell'anno. Per far sì che le popolazioni non si riducano drasticamente, è necessario permettere ad ogni coorte (ovvero un gruppo di individui nati nello stesso anno) di riprodursi almeno una volta nella vita. Questo viene permesso nelle attuali legislazioni tramite l'introduzione delle **taglie minime** e seguendo la **stagionalità** delle diverse specie: in certi periodi dell'anno il pesce si trova nella fase riproduttiva, pertanto pescarlo in quel periodo rischierebbe di comprometterne la riproduzione. Controlla sempre che il fornitore sia affidabile nel proporre i prodotti più sostenibili e a norma di legge: pesci dalla taglia abbastanza grande per rientrare nelle misure di legge e nel periodo idoneo a consentirne la riproduzione (per maggiori informazioni controlla la nostra guida con le specie suggerite).



## 6. Scegli fornitori etici

Nel rifornirti di pesce stai molto attento alle possibili frodi perpetrate dai rivenditori meno affidabili che spacciano specie di scarso valore per altre difficilmente distinguibili, ma molto più pregiate (e costose): tra gli esempi più noti abbiamo i filetti di **pangasio**, una specie di pesce gatto allevato lungo le coste indocinesi, composti quasi per intero di acqua e dallo scarso valore nutrizionale, venduti come filetti di merluzzo; il **surimi**, un macerato di scarti di pesce, colorato ed insaporito per essere venduto come polpa di granchio; i **lanzardi**, pesci dallo scarso valore commerciale spacciati come i loro cugini più costosi, gli sgombri (pur rimanendo un'ottima scelta); ed infine i filetti di **smeriglio**, un tipo di squalo, rivenduti per filetti di pesce spada: gli squali svolgono il ruolo di predatore apice nelle catene alimentari e sono fondamentali per il benessere degli habitat marini; Stanno diventando tanto rari nel mare quanto comuni nel piatto: considerate che l'Italia è il primo importatore in Europa di carne di squalo, ed il secondo esportatore dopo la Spagna. Evitare di mangiarli è un grande passo per la salvaguardia dell'ambiente marino.

Infine cerca sempre di rifornirti da quei rivenditori che pagano i pescatori un compenso giusto ed adeguato, e che si riforniscono dai pescatori professionisti, non comprando sottobanco in nero dai pescatori sportivi privi di licenza.



## 7. Prova il pesce “trascurato”

Per i tuoi piatti sbizzarrisciti usando le specie “trascurate”, ovvero sia quell’insieme di specie da sempre presenti nel territorio e nella cultura gastronomica locale, ma che nel tempo sono state dimenticate per le specie più sponsorizzate globalmente (vedi punto 2) a causa del loro scarso valore di mercato (per esempio **boghe**, **sugarelli** e **saraghi**), sia quelle specie definite “aliene” arrivate da poco nei nostri mari da altre zone o per cause accidentali o a causa del riscaldamento del Mediterraneo, che ne sta cambiando progressivamente la biodiversità, portando anche delle opportunità di consumo (vedesi l’**alaccia** e il **barracuda** nel Tirreno, o il **granchio blu** e la **rapana** nell’Adriatico). Alcune specie trascurate sono dei perfetti sostituti per alcune delle specie sovrasfruttate: prova i tonnetti in alternativa ai tonni!

## +1: Sii parte attiva nel rendere la tua clientela consapevole dell'importanza di un consumo ittico responsabile

Tieniti sempre informato e sfrutta il tuo ruolo per sensibilizzare i clienti su quanto le loro scelte e la loro consapevolezza sul mondo della pesca sia importante per aiutare l’ambiente marino: ognuno di noi singolarmente è una goccia, ma tante gocce formano il mare!

