



Andrea Rosso è il titolare dell'“Osteria della tonnara”, ristorante a due passi dal mare che offre i piatti tipici della tradizione carlofortina, con un occhio speciale per il tonno.



“U BELU”, TRIPPA DI TONNO

PER 6 PERSONE

1 “belu” (stomaco di tonno essiccato) - 1,5 kg di patate - 1 kg di cipolle - 500 g di pomodori freschi - una manciata di prezzemolo - 2 foglie di alloro - 2,5 dl di vino bianco secco - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● 1 Mettete a bagno lo stomaco di tonno essiccato per una notte intera per ammorbidirlo e dissalarlo. Quindi, lavatelo bene e cuocetelo in acqua bollente per più di 1 ora. In un tegame abbastanza grande, con i bordi alti, preparate un soffritto con 2 dl d'olio, le cipolle a pezzettoni, i pomodori tagliati a pezzetti, l'alloro e il prezzemolo.

● 2 Salate, pepate e lasciate amalgamare i sapori; unite le patate tagliate a spicchi, lo stomaco di tonno tagliato a striscioline e il vino bianco. Fate cuocere per circa 1 ora, finché il sugo si sarà ridotto almeno della metà e servite.

FACILE

- Preparazione 15 minuti + ammollo
- Cottura 2 h e 20 minuti ● 750 cal/porzione



TONNO ARROSTO ALLA CARLOFORTINA

PER 6 PERSONE

1,5 kg di codella di tonno
(muscolo della coda) -
4 spicchi d'aglio - 2 cucchiari
di salsa di pomodoro -
1 bicchiere di vino bianco -
olio extravergine d'oliva -
olio per friggere - aceto bianco -
2 foglie di alloro secco - sale

- 1 Tagliate la codella di tonno a fette alte circa 1 cm e friggetela in abbondante olio. In un tegame a parte, rosolate gli spicchi d'aglio pelati e l'alloro con olio extravergine d'oliva, aggiungetevi il tonno fritto e quindi sfumate con il vino bianco.
- 2 Salate, aggiungete la salsa di pomodoro, l'alloro e sfumate con una spruzzata di aceto bianco.
- 3 Lasciate ridurre il fondo e cuocete fino a quando il pesce risulta tenero.

FACILE

● Preparazione 10 minuti ●
Cottura 50 minuti ● 440 cal/porzione

Un rito che si ripete da 500 anni

Sulla punta estrema dell'isola di San Pietro, in Sardegna, si trova Carloforte con la sua tonnara. È lì che il tonno rosso passa "di corsa", tra aprile e giugno. Arriva dall'Atlantico per deporre le uova nel Mediterraneo e, inesorabilmente, percorre tutti gli anni, da sempre, lo stesso percorso. Facile quindi, e inevitabile, porre sul suo cammino delle trappole per bloccarlo: le tonnare, appunto. Sono delle camere di reti, chiamate "isole", in cui i tonni si infilano senza riuscire più ad uscire. Restano lì, intrappolati, finché il rais, il comandante dei tonnarotti che si occupano della pesca, decide insieme all'armatore che è il momento per la mattanza. A Carloforte, è un rito che si ripete da 500 anni, cadenzando l'attività e la vita dell'isola. Anche se ora le quote di pesca stabilite dalla Unione Europea per salvaguardare la presenza di tonno rosso nel Mediterraneo limitano il numero degli esemplari pescati, qui si continua a vivere di questo pesce tutto l'anno. Le interiora (lattume, uova, cuore, trippa e esofago) sono lavorati direttamente dai tonnarotti secondo ricette custodite gelosamente.

> segue a pag. 81

