

Brutti ma buoni

Fantasmali volanti

Pochi animali hanno dato vita a così tante storie spaventose e addirittura raccapriccianti, qualcuna vera e molte inventate, come i polpi, che nella loro forma più grossa sono comunemente chiamati piovre. Non occorre arrivare fino a Salgari per vedere uno di questi giganteschi molluschi (ma attenzione, ci sono anche, e sono forse i più numerosi, esemplari pressoché tascabili, di qualche decina di centimetri soltanto) afferrare con i suoi tentacoli in una notte di tempesta un veliero e trascinarlo con sé in fondo al mare. Già aveva incominciato Plinio il Vecchio, quasi 2000 anni orsono, con

Il polpo suscita immagini tentacolari e sogni spaventosi. Ma in cucina è tutta un'altra musica. (I piatti utilizzati per il servizio sono di Richard Ginori).

Sul loro aspetto non c'è che dire – le leggende e il terrore degli antichi ce li hanno tramandati come mostri orrificanti. Ma in cucina! Niente di più intrigante e versatile dei molluschi. Semplici e freschi in insalata, o riccamente farciti e cotti in forno.

racconti poco rassicuranti: «Trebio Nigro dice che non vi è nessun animale che sia più accanito ad uccidere un uomo in acqua. Infatti, quando si scaglia contro ai naufraghi e ai subacquei, lotta afferrandoli e stringendoli, li assorbe con le ventose e li aspira a lungo con i suoi numerosi succhiamenti». Per un animo sensibile c'è di che astenersi per sempre anche solo dal bagnarsi, nel timore di un simile incontro. Ed è su queste tentacolari immagini, che le leggende nordiche hanno creato il "kraken", mostro per eccellenza e simbolo del male. Non meno spaventosi d'altronde dovevano essere quei calamari giganti, cugini primi del polpo, di ben 18 e 16 metri di lunghezza pescati parecchi anni fa rispettivamente al largo della Nuova Zelanda e di Terranova. È terrificante anche soltanto immaginare questa specie di bianco siluro (*Architeuthis* *Prinsep*), lattiginoso e quasi trasparente, saettare nell'acqua come un fantasma: non a caso simili apparizioni

– sulle quali rimane comunque un'ombra di dubbio – furono chiamate *flying ghost*, fantasmi volanti. La realtà non è per fortuna così spaventosa: nelle nostre acque si aggirano esemplari di solito ben più piccoli, di 20 o 30 centimetri mediamente, se non meno. All'aspetto, è vero, non sono comunque gradevoli, come lo può essere un branzino slanciato e argenteo. Ma in cucina sono essi pure assai apprezzati: anche se non sempre facile, è tuttavia importante riuscire a distinguere e riconoscere i vari componenti di questa famiglia dai tanti "piedi", poiché le differenze esistenti fra i vari tipi suggeriscono trattamenti e preparazioni diverse per ottenere i migliori risultati.

Cefalopodi, chi sono costoro?

Polpi, seppie, calamari e affini fanno parte del vasto gruppo dei molluschi, che comprende: i Gasteropodi, e cioè i molluschi con la conchiglia in un sol

(continua a pag. 58)

di Paola Siniramed



pezzo, come la patella; i

Lamellibranchi, con conchiglie bivalvi, come le ostriche o le vongole, infine i Cefalopodi, in cui è rimasta solo una lieve traccia di conchiglia all'interno e dei quali fanno parte proprio i nostri amici dalle "gambe", o "braccia" che di si può togliere. Sono animali dall'aspetto poco attraente, ma non hanno nulla di spaventoso: hanno infatti la testa attaccata... ai piedi! Presentano tuttavia la caratteristica di un sistema nervoso centralizzato e nelle loro grandi teste racchiudono un autentico cervello. Lunghi studi compiuti su questi animali anni fa a Napoli hanno dimostrato che si può giungere a far loro distinguere i colori e non addirittura a riconoscere superfici e altro ancora. Intelligenti d'altronde apparivano fin dai racconti di Plinio: «sono molto avidi di conchiglie... le insidiano mentre esse sono aperte e introducono una pietrazza al di fuori della pertata del loro corpo... così senza alcun timore avanzano e fanno fuori le carni». Se questa non è astuzia diabolica...? Ognuno di questi animali ha però specifiche, interessanti caratteristiche. Ecco.

Il polpo

I Romani dicevano *polypus*, in italiano è corretto chiamarlo polpo, piuttosto che polipo. È l'*Octopus vulgaris*, provvisto di otto tentacoli, ognuno con due serie di ventose. Il corpo può andare dai 30 a 40 centimetri fino ai 3 metri: gli esemplari più grossi vengono comunemente chiamati piovre e si avvicinano, senza bisogno di speciale fantasia, ai mostri dei racconti di avventura. I polpi vivono in acque profonde, su fondali misti: ma in primavera si accostano alla terra e si rintanano in anfratti fra gli scogli. Sono grandi cacciatori e prediligono cibarsi di scampi, granchi, bivalvi: operano il loro nascondiglio si scopre per i gusti ammassati davanti, è sempre l'enciclopedico Plinio che scrive. E ciò è vero ancora oggi: ma sembra che il mollusco lo faccia perché gli

piace "eticamente" questa sorta di giardinaggio di conchiglie che si è creato coi rifiuti. I polpi sono a loro volta cacciati da murene, granchi, delfini e naturalmente, essendo gusci, anche dagli uomini. In fase di difesa questi animali riescono prodigiosamente e mollusco riesce prodigiosamente e velocemente a cambiare colore, dal normale grigio-giallino può infatti diventare quasi trasparente. Rimangono allora solo gli occhi e un incontro con alcuni di 2 e 3 metri così "combinate" sarebbe, quanto a spavento, secondo solo a un tête à tête con uno squalo tigre. Dall'*octopus* lo polpo verace) va distinta la polposa o stringa (*Octopus Muricatus*), che rispetto al primo ha il corpo più allungato, tentacoli più lunghi e sottili e non supera il metro di lunghezza. È gastronomicamente assai poco apprezzata, tutt'al contrario di quell'altro stretto parente del polpo che è il moscardino (*Eledone moschata*). Di dimensioni ridotte, al massimo 10 o 20 centimetri, ha otto tentacoli anch'esso ma una sola fila di ventose. Vive su fondi fangosi e ha un forte odor di muschio, che è la caratteristica che rende particolarmente caro ai gourmet: il nome deriva infatti dal latino *muscum* (muschio) ed è divertente ricordare che "moscardini" erano chiamati, nel passato, gli zerbini e i bellimbusti. Così come in Francia, all'epoca della Rivoluzione, *muscardini* erano appunto i giovanotti azzimati e profumati. Il moscardino bianco (*Eledone cirrosus*) a sua volta è simile nell'aspetto, ma senza il caratteristico odore e gastronomicamente meno pregiato.

La seppia

La seppia officinale è un mollusco decapode e cioè con dieci tentacoli, di cui otto più corti e due più lunghi; ha il corpo ovaloidale e la superficie dorsale di colore variabile, spesso azzurro. Per ragioni di difesa può scendere da una vischietta ben fornita un inchiostro nero, col quale neutralizza l'avversario: questo liquido serve un tempo a preparare quel colore chiamato appunto

"seppia", oggi invece è destinato per lo più a rallegrare i buongustai, in piatti succulenti. Il famoso "osso di seppia" che si trova all'interno del mollusco, ed è così caro alla toilette degli uccellini, altro non è che una sorta di guscio o di conchiglia. Mentre il polpo necessita di venir energicamente battuto e sfibrato prima della cottura (per la miglior riuscita della quale molti sono i suggerimenti che da ogni parte, anche autorevole, fioccano, compreso quello di unire all'acqua di cottura un tappo di sughero), la seppia è assai più tenera e si può cucinare tout court. La seppietta è una cugina, ma molto più piccola, della seppia, con pinnette circolari sporgenti nella parte posteriore del corpo: sepiola rondeletti è il suo nome scientifico, "seccetella" la chiamano i napoletani, che del cucinarla sono maestri.

Calamari e totani

Il calamaro (*Loligo vulgaris*) è anch'esso un mollusco decapode dal corpo snello, che presenta ai lati due grandi pinne triangolari che partendo dal fondo giungono fino alla metà del corpo. Di forma aerodinamica, velocissimo nell'acqua, può arrivare fino a 30 ma talora anche 50 centimetri e presenta otto tentacoli con una doppia serie di ventose e due "braccia" assai più lunghe e sottili, che terminano anch'esse con delle ventose. All'interno del corpo si trova una penna sottile e trasparente (gladius o calamo) che rappresenta una sorta di ridotta conchiglia: è un organo di sostegno del mollusco e va eliminata, insieme al becco che si trova al centro dei tentacoli, e agli occhi, prima della cottura. Il calamaro è di colore roseo, spesso punteggiato di rosso o di bruno: anch'esso è dotato della vesicula di inchiostro, ma le preparazioni "al nero" preferiscono di solito quella della seppia.

Molto più piccolo, ovviamente più tenero e culinarmente più ricercato è il calamaretto, che è facile per i non esperti confondere con la seppietta, di cui si è fatto cenno sopra. Più coriaccio,



Eledone moschata (moscardino)



Sepia officinalis (seppia)



Sepioida rondeletti (sepiola)



Illex coindetii (totano volatore)



Loligo vulgaris (calamaro)



Omastrephes sagittatus (calamaretto)

In cucina

Gli antichi Romani, grandi estimatori di esemplari più nobili, come le sogliole, i branzini o le triglie, per le quali lo stesso Cicerone perdeva, per così dire, la testa, non disdegnavano i cefalopodi. Nel *De re culinaria* di Apicio, il primo libro di cucina noto al mondo e databile fra il I e il IV secolo d.C., abbondano le ricette per seppie, polpi e calamari, fritti o in tegame. Da Plauto apprendiamo fra l'altro che il polpo era considerato avere proprietà afrodisiache: non a caso Circe usava preparare una zuppa di polpi per mettere ancora un maggior numero di vittime. Le storie raccontano che Diogene il Cinico morì di indigestione per aver mangiato troppo polpo: ma forse, ingordamente, lo aveva per di

più consumato crudo...

Alla fine del Trecento il *Libro della Cucina* ne tratta dettagliatamente e si spinge fino a dare una ricetta per piatti "al nero" di seppia. Nel '500 Bartolomeo Scappi, cuoco di papa Pio V e quindi abituale creatore di banchetti principeschi, dedica parecchi paragrafi della sua *Opera* a questi molluschi, dando precise indicazioni: «Il calamaro... è bianco, molto buono nella sua stagione, che comincia da Novembre e dura per tutto Marzo. Li piccolini per friggere... sono molto migliori dei grossi, e dell' mezzano». Anche lo Stefani, nel '600 cuoco alla corte dei Gonzaga, predilige il calamaretto: «il picciolo è più gustoso... la cottura di questo è fritto in olio, servito con sale, pepe e succo di limone». Nel '700 e nell'800 non solo scrittori napoletani come il Corrado e il Cavalcanti si dilungano in raffinate ricette con questi tentacolari animali (entremets di calamaretti con cristini, ordura di cecchini alla pastasella, seppia alla cittadina, tanto per citare), ma anche il Viarelli, cuoco della casa reale Savoia, non si perita a presentare gustose preparazioni proprio a base di "pescu calamaio". Alla fine dell'800 non dimentica i cefalopodi neanche l'Artusi; e, proseguendo in questo secolo, maestri come Berge, Marchesi e Paracucci ne trattano alla pari con altri pesci da sempre ritenuti regali, come rombi o triglie. In realtà questi molluschi, sgraziati e brutti alla vista, non hanno mai incontrato i gusti degli inglesi e neanche dei francesi, Provenzali esclusi: anche se Alexandre Dumas, il padre dei Tre Moschettieri, buongustaio e ottimo scrittore anche "gastronomico", dimostra di apprezzare il polpo, che definisce "le regal des Napolitains".

Ma sono state soprattutto Spagna, Grecia e naturalmente Italia — a tacerne della Cina che tuttora ne fa grande uso — i paesi che hanno mostrato di apprezzare questo cibo e ne hanno creato nei secoli molte gustosissime ricette. In Italia si può spaziare: dai polpetti "alla Luciana", di napoletana

memoria, chiusi tout court in un tegame di coccio e cotti con un bicchiere di acqua di mare (inquinamento permettendo) alle venerabilissime seppie al nero, dal classico fritto di calamaretti alle seppie coi carciofi che parlano toscano. Le ricette sono davvero tante e tutte buonissime.

Sono i bravi Aldo e Maria Anzalone, del ristorante I Malavoglia di Milano S. Felice, che si sono incaricati di condurci per mano fra le delicatezze che questi molluschi, trattati con mano maestra nella linea della più saggia e antica tradizione culinaria regionale italiana, sanno così ben raggiungere.

Il ristorante

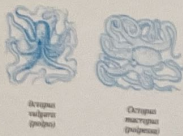
Originari di San Cataldo, vicino a Calanisiotta, gli Anzalone aprirono a Milano, nel 1973, il loro ristorante dal sicilianissimo nome, I Malavoglia. Aldo, il marito, era già ricco di esperienze in vari ristoranti lombardi. Maria, la giovanissima moglie è diventata, negli anni, una cuoca abilissima. Molto tempo è passato da allora. Il ristorante è cresciuto, di nome e di prestigio, si è anche trasferito da Milano a San Felice. La cucina, che punta notevolmente sul pesce, si è via via sempre rinnovata. Maria, decisa e grande lavoratrice, ma anche semplice e schiva, è partita dai piatti regionali, ma ha cercato costantemente di seguire e interpretare i gusti e le tendenze più attuali. Per esempio, venuta a contatto in questi anni anche con le cucine orientali, non si è peritata di inserire nei menù piatti oltremodo interessanti, come la tartare di nasello o il tonno sfiletato sottile e marinato crudo con profumo di menta, ma talora anche a cubetti con rafano e soia. Aldo Anzalone, col fratello Eugenio, si occupa della sala, dei vini, dei menù e organizza con Maria la "linea" da seguire volta per volta. Fra tanto ottimo pesce non manca mai qualche specialità siciliana, la caponatina per esempio: il tutto con molto amore per la terra di origine e per quella "nuova", che li ha accolti così bene.



Aldo e Maria Anzalone.
"I Malavoglia"
Milano S. Felice.
Centro Commerciale
Tel. 02/7532448.

Quando la famiglia dei Molluschi Cefalopodi va all'estero...

	Polpo	Seppia	Calamaro	Totano	Calamaretto
Inglese	octopus	cuttlefish	squid	flyng squid	baby squid
Francese	pieuvre, poulpe	seiche	encornet, calmar	calmar, tantonnet	jeune calmar
Spagnolo	pulpo	jibia	calamar	pota	chipirone



Octopus vulgaris (polpo)