



FICHE MASCHIE A STOCCHETTO

Nella tradizione della comunità di pescatori di Porto Ercole vengono utilizzati dei pesci poveri e "dimenticati", i Melù o Potassoli, che localmente prendono il singolare nome di "Fiche maschie". La Fica maschia è un pesce di mare dal corpo allungato e sottile economico ma molto saporito, con poche spine e dalle carni bianche e delicate, e ormai è da considerare un prodotto tipico dell'Argentario. Durante le battute di pesca che costringevano a stare in mare per più giorni, i pescatori filettavano il pesce e lo conservano mediante salatura con acqua di mare e essiccamento per uno/due giorni; le fiche maschie essiccate vengono utilizzate per preparare una ricetta a base di filetti e patate cotte in umido con aglio e rosmarino: lo stocchetto. A Porto Ercole, annualmente si tiene una manifestazione dedicata a questi pesci, la Sagra della Fica Maschia a Stocchetto.

INGREDIENTI: un kg di fiche maschie essiccate, qualche patata, una cipolla, un paio di spicchi d'aglio, un rametto di rosmarino, 50 g di concentrato di pomodoro, sale q.b., olio extra vergine di oliva.

PROCEDIMENTO: Mettere le Fiche maschie in bagno per circa un ora, eliminando tutti gli eventuali residui di spine, e tagliarle a pezzi. Soffriggere in olio e.v.o. un trito di cipolla, rosmarino e aglio, aggiungere il concentrato di pomodoro, le patate a pezzi e lasciarle cuocere; quando la patata è quasi pronta, aggiungere le Fiche maschie a pezzi e far cuocere ancora per una ventina di minuti.

Ma se le fiche maschie fresche si possono acquistare normalmente dai pescivendoli dell'Argentario e di Orbetello, più difficoltoso risulterà reperire il pesce essiccato. Pertanto, le fiche maschie possono essere più semplicemente consumate da fresche: fra le preparazioni consigliate c'è la frittura di fiche maschie da eseguire in abbondante olio, previa infarinatura dei pesci.

Fonte ricetta

ABBINAMENTO VINO
FIOR DI MAREMMA IGT
Toscana Vermentino

#Maremmans

