Il pesce dalla livrea a scritte: il Tonnetto o Alletterato

10/10/2022

UN OCCHIO SULLA SPECIE

Questo lunedì cominciamo scoprendo un pesce della famiglia dei tonni noto nei nostri mari e che predilige l'Adriatico: **ci riferiamo al Tonnetto o Alletterato,** nome scientifico *Euthynnus alletteratus*, della famiglia delle *Scombridae.*

Molto simile al suo parente Tombarello o Biso, si distingue da quest'ultimo per l'occhio più piccolo e dal Tonnetto Striato per la colorazione; riguardo al corpo, invece, parliamo di un pesce piccolo e poco slanciato, con una livrea azzurro scuro sul dorso e bianco madreperlaceo sul ventre. **Per le dimensioni,** raggiunge un massimo di 1 m di lunghezza e fino a 15 kg di peso.



Un ricco pescato mette in mostra la meravigliosa livrea del Tonnetto o Alletterato.

UN NOME PARTICOLARE PER UN MOTIVO: SCOPRIAMOLO

Simile agli altri esemplari della sua famiglia, il Tonnetto o Alletterato è un pesce il cui doppio nome può lasciare un po' confusi: **da che cosa ha origine questo particolare soprannome?**

Semplice, **deriva dalla sua livrea: avvicinando l'occhio, possiamo notare una serie di disegni naturali** che assomigliano molto a delle lettere, motivo che gli è valso il titolo di "alletterato"!

SCEGLIAMO L'ACQUISTO SOSTENIBILE

Segnalata dall'IUCN (International Union for Conservation of Nature) come non a rischio, questa specie viene generalmente pescata con i metodi della pesca professionale, ma **può anche essere portata a riva anche con gli attrezzi della piccola pesca artigianale, come lenze e reti da posta.**

Se vuoi fare un acquisto responsabile, scegli di portare a tavola questo pesce tra settembre e gennaio: in questo modo è comunque disponibile, ma fuori dal suo periodo di riproduzione.



Un Pagro (sopra) e un Tonnetto Alletterato (sotto).

SCOPRI IL TONNETTO O ALLETTERATO A TAVOLA!

Annoverabile nella famiglia dei pesci azzurri, **il Tonnetto o Alletterato è un pesce magro e digeribile, con un elevato contenuto di proteine ad elevato valore biologico ed elementi minerali**, mentre la frazione lipidica è ricca di acidi grassi polinsaturi omega-3.

Generalmente è considerato un pesce di modesto interesse - diremmo una "specie dimenticata" - **eppure, parliamo di un pesce dal valore indiscutibile** e che popola ampiamente le nostre acque, garantendo così la costante presenza di un numero elevato di esemplari

Se vuoi assaggiare un piatto di pesce a base di Tonnetto o Alletterato, **prova una**

questa ricetta dai toni gourmet direttamente dal ricettario della prestigiosa Federazione Italiana Cuochi:



Penne alla carbonara di Tonnetto Alletterato... e latte di mandorla.

Cerchi un'alternativa a questo pesce? Prova l'Alalunga!

Anche il gusto vuole la sua parte: **scopri le nostre ricette** nella sezione dedicata**.**

Vuoi approfondire? Cerca il Tonnetto o Alletterato nelle nostre schede sulle specie!