

SECONDI PIATTI

Insalata di Stocco

LUOGO: Europa / Italia / Calabria

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa COSTO: medio REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

1 kg di "Stocco di Mammola" spugnato
olio d'oliva
aglio
prezzemolo
limone.

PREPARAZIONE

- 1 Crudo o sbollentare per un minuto lo stocco e sbriciolarlo. Farlo raffreddare e condirlo con olio crudo, prezzemolo, aglio tritato, limone e a piacere peperoncino a pezzetti. Può essere servito come antipasto o secondo piatto.

NOTE

LO "STOCCO DI MAMMOLA" Il merluzzo pescato nei Paesi del Nord Europa viene accuratamente selezionato. I merluzzi più grossi, dopo essere stati puliti vengono salati ed essiccati, diventeranno baccalà. Quelli di media grandezza, i migliori, vengono appesi su impalcature di legno per essicarli al sole e alla gelida pulita aria artica, e diventeranno Pescestocco o Stoccafisso, che nel meridione

d'Italia viene chiamato comunemente "STOCCO". Alla fine di questo processo di conservazione naturale, il pesce viene importato in Italia per essere trasformato in alimento di gran pregio, da prodotto duro e secco in alimento commestibile è necessario eseguire una lavorazione esclusivamente artigianale, consistente nella pulizia e nella messa in ammollo, in passaggi successivi e per diversi giorni, in acqua corrente di buona qualità. E' evidente che l'acqua assume particolare rilevanza per la buona riuscita del prodotto finale. Le acque che scorgono dalle numerose sorgenti montane appenniniche di Mammola hanno una particolare composizione chimico-fisica, ricca di sostanze oligominerali, che combinandosi tra loro, determinano una perfetta maturazione dello Stocco in ammollo, esaltandone le qualità, ed ottenendo così un prodotto bianco, grosso e molto saporito. E' questa, la ragione principale, insieme alla professionalità di chi lo lavora, che determina da secoli la produzione di un ottimo Stocco. Nel tempo, in cucina, combinato con ingredienti della dieta mediterranea e preparato in maniera antica, è divenuto il piatto tipico di Mammola e tra i più importanti della Calabria. Il pesce ha un alto valore alimentare, se si pensa che un chilo di Stocco corrisponde, infatti, a quasi cinque chili di merluzzo fresco.