

ZUPPE E MINESTRE

Cacciucco

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Toscana](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [media](#) PREPARAZIONE: [20 min](#) COTTURA: [60 min](#) COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [media](#)



Per chi non l'avesse mai sentito nominare, il cacciucco è una [zuppa di pesce](#) tipica della cucina livornese. Come tutte le ricette di questa tipologia il cacciucco nasce come piatto povero con cui i pescatori consumavano il pescato invenduto del giorno. Oggi è uno dei vanti della cucina toscana e noi vi proponiamo la nostra versione realizzata con [rana pescatrice](#), pesce prete, pesce San Pietro, scorfano, salpa, pesce pappagallo e cicale; un mix di varietà più o meno pregiate che vengono aggiunte alla [zuppa](#) in momenti diversi a seconda del loro tempo di cottura. Gli ingredienti naturalmente possono variare a seconda della disponibilità ma l'importante è che siano sempre freschissimi!

Servite il cacciucco con delle fette di pane abbrustolito strofinate con l'aglio e assaporate tutto il gusto della tradizione.

Provate anche queste ricette tipiche della cucina toscana:

[Ceci al cacciucco](#)

[Fagioli all'uccelletto](#)

INGREDIENTI

PESCE MISTO 1,5 kg

CANOCCHIE 500 gr

SALVIA 2 foglie

SPICCHIO DI AGLIO 2

VINO ROSSO 100 ml

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola

SALE

PEPE NERO

PREPARAZIONE

- 1 Quando volete realizzare la ricetta del cacciucco alla livornese, fate scaldare abbondante olio extravergine d'oliva con due spicchi d'aglio in una pentola insieme a qualche foglia di salvia.



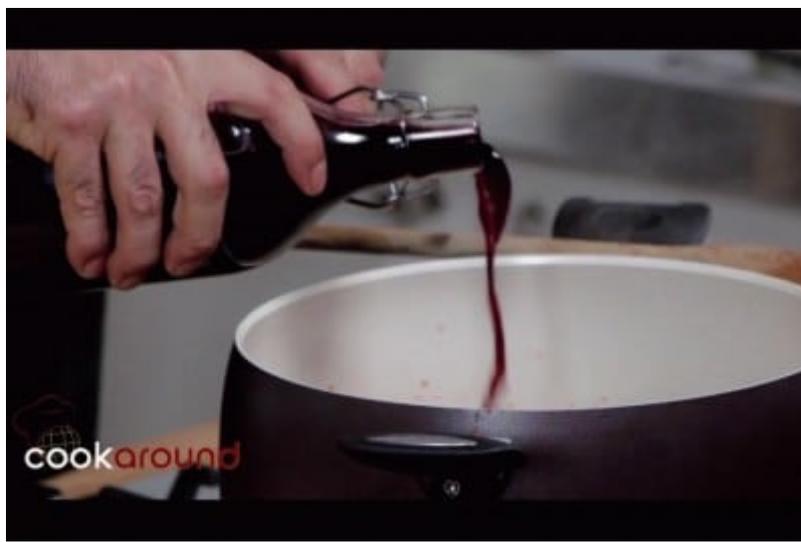
- 2 Tagliate i pomodori pelati al coltello e, non appena l'olio inizia a sfrigolare, unite i pomodori alla pentola, coprite la pentola e lasciate cuocere per qualche minuto.



- 3 Eviscerate e squamate i pesci, sciacquateli ed uniteli alla pentola in base ai tempi di cottura; iniziate quindi con la rana pescatrice ed il pesce prete.



- 4 Quando i pesci saranno ben rosolati, sfumate con del vino rosso lasciando la pentola scoperchiata affinché la parte alcolica del vino evapori.



- 5 Aggiungete ora dell'acqua e salate adeguatamente, coprite nuovamente la pentola e proseguite con la cottura.



- 6 Nel frattempo tostate delle fette di pane toscano su di una griglia di ghisa rovente.



- 7 Aggiungete dopo circa 5 minuti il pesce san pietro, quindi i pesci più delicati ed, infine, le cicale di mare o canocchie.



- 8 Togliete il pane dalla griglia e strofinatele con degli spicchi d'aglio.



- 9 Una volta cotto tutto il pesce, spegnete il fuoco e lasciate riposare la zuppa per almeno 30 minuti.

Impiattate, quindi, il cacciucco accompagnandolo con fette di pane agliato.



NOTE

Qual è il segreto per farlo davvero buono?

Nel cacciucco ciò che fa la differenza non è il numero di pesci usati per la preparazione, quanto la qualità del pescato e l'attenzione alla scelta di pesce adatto per la zuppa. Se originariamente la ricetta livornese prevedeva sedici tipi di pesce (seppia, murena, polpo, palombo, scorfano, anguilla, dentice, branzino, sugarello, cappone, grongo, boccaccia, gallinella, cicala, bavosa, ghiozzo) oggi è più diffusa una variante con numero più limitato di specie ittiche soprattutto in base alla disponibilità locale del periodo.

Si può utilizzare anche il pesce da zuppa senza spine?

E' anche diffusa una variante che viene preparata con pesce da zuppa ma senza spine, detta appunto cacciucco senza spine.

Quanto tempo prima posso realizzare questa ricetta?

Anche la mattina per la cena, fatta riposare un po' è ancora più buona!