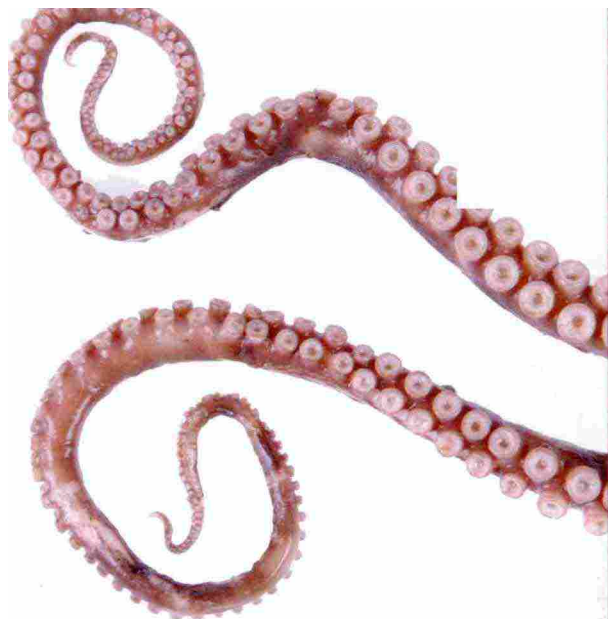




Polpo **e non** *polipo!!!*

NEL LINGUAGGIO COMUNE IL POLPO (O PIOVRA), UN CEFALOPODE DELLA FAMIGLIA OCTOPODIDAE, VIENE CHIAMATO ERRONEAMENTE "POLIPO" CHE È INVECE UN ANIMALE DELLA FAMIGLIA DEGLI ANEMONI O, IN FISIOLOGIA, UN'ESCRESCENZA A VOLTE PATOLOGICA DELLE MUSCOSE NASALI



QUESTO MOLLUSCO CEFALOPODE È DIFFUSO NEI BASSI FONDALI, NON OLTRE I 200 M. Preferisce i substrati aspri, rocciosi, perché ricchi di nascondigli, fessure e piccole caverne in cui confondersi: l'assenza di scheletro gli permette di prendere qualsiasi forma e di insinuarsi anche negli orifizi rocciosi più angusti. Presente in tutti i mari e gli oceani, è molto diffuso anche nel Mar Mediterraneo dove viene pescato principalmente in due diversi periodi dell'anno: da settembre a dicembre (buone quantità, seppur ancora di piccola taglia) e da maggio a luglio (di taglia più grossa). Il polpo si presenta con due occhi, tre cuori e 7 o 8 tentacoli muniti di ventose; 2 file simmetriche per 8 tentacoli in quello nostrano, che per questa caratteristica si distingue dal moscardino che ha una sola fila di ventose al centro degli otto tentacoli. Sulla parte inferiore dell'animale si trova la bocca, che termina con un becco corneo utilizzato per rompere gusci di conchiglie e il carapace dei crostacei dei quali si nutre. Il capo contiene il cervello e gli organi. Il manto è lungo 8-25 cm, i tentacoli invece sono lunghi in media 40-100 cm, il peso varia da 500 g fino ai 7-8 kg degli esemplari più grandi. In genere i maschi sono più grandi delle femmine. L'*Octopus vulgaris* vive massimo un anno e mezzo mentre altre specie, come la piovra gigante del Pacifico, hanno aspettativa di vita maggiore, sopravvivendo anche 5-6 anni. Ha la capacità di cambiare colore molto velocemente e con grande precisione nel dettaglio. Sfrutta quest'abilità sia per mimetizzarsi che per comunicare con i suoi simili. Può spostarsi rapidamente espellendo con forza l'acqua attraverso un sifone, che viene utilizzato anche per l'emissione dell'inchiostro nero usato in funzione difensiva per confondere possibili predatori.

Curiosità

Il polpo è anche considerato uno degli animali più intelligenti tra gli invertebrati, caratteristica osservata in moltissimi studi scientifici che hanno dimostrato sia la capacità di emulare i movimenti altrui, sia quella di apprendere rapidamente le informazioni, nonché di utilizzare volontariamente e consciamente strumenti o oggetti.

L'ABBINAMENTO

Per accompagnare i piatti presentati in questo articolo consigliamo il Gavi DOCG 2014 dell'azienda agricola La Raia, acquistata da **Giorgio Rossi Cairo** con l'intento di recuperare e valorizzare l'ecosistema originale attraverso un progetto di intervento ampio e ispirato ai principi biodinamici. È iniziata da subito la riconversione delle coltivazioni delle viti da tradizionali a biologiche; è stata costruita una nuova cantina in materiali naturali; è stata ripristinata la rotazione dei terreni, per salvaguardare la fertilità profonda del terreno; sono state recuperate coltivazioni antiche come il farro monococco. Infine, è stato reintrodotta l'allevamento del bestiame a pascolo. La Raia oggi si estende per oltre 180 ettari, dei quali 42 coltivati a vigneto, 60 a seminativo e i restanti occupati da pascoli, boschi di castagno, acacia e sambuco. La bottiglia che consigliamo interpreta perfettamente la tradizione del territorio: è il Gavi tradizionale che identifica la tipicità del vitigno Cortese da cui proviene. Ha un colore giallo paglierino con riflessi verdognoli, mentre al naso ha un sentore minerale con aromi di frutta e fiori bianchi. In bocca è vivo, equilibrato, dotato di una fresca acidità che ne amplifica la persistenza e ne favorisce la bevibilità, con finale leggermente ammandorlato. Ottimo come aperitivo e con i piatti di pesce, lo suggeriamo anche con carni bianche e formaggi freschi e di breve stagionatura.



Polpo
65

In gastronomia

Per rendere il polpo più tenero è opportuna una frollatura che può essere un processo fisico, battendo e stirando il polpo, o attraverso congelamento. La frollatura consente di accorciare notevolmente i tempi di cottura mantenendo integra la pelle e le ventose che, a dispetto di quanto la maggior parte dei consumatori crede contengano la gran parte del sapore. Il polpo nella cucina mediterranea rappresenta una prelibatezza e normalmente prevede una cottura attraverso la bollitura in acqua calda o fredda, salata o meno, con limone o senza; dopo la cottura, in base ai gusti, può essere sottoposto a spellatura. Questa può avvenire solo quando il polpo viene fatto bollire a lungo, provocando nell'animale il disfacimento dell'epitelio e delle ventose; ciò rende la preparazione sgradevole alla vista e al tatto, ragion per cui è poi necessario che i residui vengano rimossi prima del condimento. Anche la cottura in pentola a pressione dà ottimi risultati, con forte diminuzione dei tempi di cottura. Un'altra modalità di cottura è il guazzetto, o affogato, con sughi a base di pomodori: in tal caso per diminuire i tempi è sempre opportuno dare una sbollentata al polpo. Fatto alla griglia diventa un piatto tipico di molte nazioni che si affacciano sul bacino del Mediterraneo - come l'Italia, il Portogallo e la Grecia - e anche in tal caso c'è chi preferisce pretrattarlo in acqua. Il procedimento più interessante è senz'altro quello greco che prevede (dopo la frollatura) un'essiccazione al sole di qualche ora prima della cottura.

Panino con salame di polpo

INGREDIENTI

1 polpo congelato

1 costa di sedano

1 carota

Panini piccoli all'olio

Scorza di arancia grattugiata

Insalatina

Olio extravergine d'oliva

Sale

PROCEDIMENTO

UNO: Il polpo deve essere innanzitutto pulito, mondandolo delle interiora, degli occhi e del becco.

DUE: Ponete il polpo intero e congelato in una pentola con acqua fredda, la costa di sedano e la carota; portate a bollore e fatelo lessare per il tempo necessario. A cottura ultimata (cioè quando con una forchetta lo infilerete e risulterà tenero, ma non stracotto), spegnete il fuoco e fatelo intiepidire dentro la sua acqua.

TRE: Scolatelo, tagliatelo a pezzi e posizionatelo per lungo su un foglio di pellicola trasparente; fate 2-3 strati (dipende dalla grandezza che volete dargli) così da formare la salsiccia. Arrotolate la pellicola e chiudete le estremità come fosse una caramella. Stringete forte e ponetelo nel freezer per il congelamento.

QUATTRO: Tirate fuori dal freezer le vostre salsicce di polpo, toglietele dalla pellicola e aspettate 10 minuti prima di tagliarle, ricavando delle fette rotonde che condirete, una volta scongelato, con la scorza grattugiata dell'arancia, olio e sale.

CINQUE: Tagliate in due i panini e riempiteli con l'insalatina e le fettine di polpo tagliate a rondelle sottili.

"Servito a fettine sottilissime su un letto di rucola, accompagnato con spicchi a vivo di pompelmo rosa, pepe rosa, sale e olio è un perfetto antipasto freddo per tutte le stagioni!"

Maccheroncini al ragù di polpo

INGREDIENTI

300 g di polpo congelato
Prezzemolo fresco tritato
2 spicchi di aglio
Olio extravergine d'oliva
100 ml di vino bianco secco
10 ml di aceto di vino
300 g di passata di pomodori
datterini
200 ml di acqua
Sale e pepe nero
Peperoncino
1 pizzico di zucchero
180 g di maccheroncini Martelli

PROCEDIMENTO

UNO: Lavate bene e tritate finemente il prezzemolo. Prendete il polpo che avrete scongelato e tagliatelo a coltello a pezzi piccoli, lasciando qualche tentacolo più lungo.

DUE: In una padella larga mettete l'olio, l'aglio, il

peperoncino e fate appassire un poco a fiamma dolce. Quando l'aglio risulterà dorato unitevi il polpo a pezzetti e fatelo cuocere 1 minuto e aggiungete il vino e l'aceto. Fate cuocere per circa 10 minuti con il coperchio.

TRE: Trascorsi i 10 minuti unite la passata di pomodoro, l'acqua, un pizzico di sale e di zucchero e cuocete a fiamma dolce con coperchio per circa 40-45 minuti.

QUATTRO: Lessate ora la pasta in abbondante acqua salata, scolatela al dente e fatela saltare nella padella del condimento girando spesso. Servite quindi immediatamente con una spolverata di pepe nero e del prezzemolo tritato a crudo.



Insalata di tentacoli di polpo, PATATA GIALLA E MELE RENETTE

INGREDIENTI

Tentacoli di polpo
200 g di patate gialla
1 pomodorino maturo
1 spicchio di mela renetta
Sale e pepe
Olio extravergine d'oliva
Prezzemolo

PROCEDIMENTO

UNO: Lessate i tentacoli e, separatamente, la patata precedentemente sbucciata. Lavate il pomodorino e la mela renetta, mantenendo la buccia.

DUE: Tagliate a spicchi la patata e il pomodoro e a fettine sottili la mela renetta. Tritate il prezzemolo.

TRE: Quando il polpo è cotto, preparate il piatto mettendo alternati gli spicchi di patata, il pomodoro e la mela. Sopra di questi mettete i tentacoli e condite il tutto con olio, sale, pepe e una spolverata di prezzemolo grattugiato. ●

