



A NATALE SCEGLI LOCALE CON IL PESCE DELLA NOSTRA REGIONE

Il pesce è un prodotto fresco e sostenibile. **È buono e lo sei anche tu:** se compri un prodotto ittico del nostro mare e delle lagune sostieni gli operatori e la comunità di pesca locale.

Ordinalo nella tua pescheria di fiducia e cucinalo tu. Per leggere le ricette e i suggerimenti seguici su Facebook fb.com/fishverygood

QUESTO MESE CONSIGLIAMO

CUORE DI LAGUNA

CAPATONDA O MARGAROTE

Cerastoderma glaucum



A NATALE METTICI IL CUORE

- vive affossata in pochi centimetri di sabbia sia in laguna sia in mare
- per questo si può raccogliere anche a mano sui bassi fondali
- una volta era l'alimento principale nella dieta dei nostri pescatori, apprezzato anche nell'entroterra
- è un prodotto della tradizione e lo dimostrano i suoi tanti nomi: Capatonda, Capariccia, Capa de Reio, Margarote
- dal gusto leggermente dolce e aromatico, è un'ottima alternativa alle vongole per condire la pasta e il riso
- nel tempo è stato sostituito da altri molluschi, fra cui la vongola, ma risulta la scelta più economica per togliersi lo sfizio di una pasta gustosissima.

Azione finanziata da PO FEAMP 2014-2020 Friuli Venezia Giulia - PdA FLAG GAC FVG Misura 4.63.1

Flag GAC FVG è un partenariato pubblico-privato che delinea una strategia di sviluppo locale per le zone di pesca in Friuli Venezia Giulia e un relativo Piano d'azione locale. I principali obiettivi sono la valorizzazione del prodotto ittico, la tutela ambientale, la diversificazione turistica, lo sviluppo di infrastrutture del settore pesca e l'aumento di competitività degli operatori economici.