





## Il Monte Argentario

imponendosi per 635 mt. Slm, è un promontorio che fa da "guardia" a sud all'arcipelago Toscano, più "volgarmente" conosciuto con la semplificazione ARGENTARIO, è detto nel popolo "lo Scoglio", a significare come la terra esca dal mare, e come la sua caratteristica sia la durezza, ma anche la bellezza della terra che domina lo stesso.

Per varie ragioni, tra le quali la posizione geografica, la sua storia e la capacità della sua gente, è stato un luogo apprezzato per motivi turistici sin dalla fine dell'800, divenendo una delle stazioni turistiche nel mar Tirreno meglio frequentata, inoltre unito alla pregevole posizione strategica che ha nei confronti dell'arcipelago Toscano, della Sardegna e della Corsica, ha reso interessante i porti dei due centri abitati oltre che per la nautica da diporto anche per la pesca, tanto da vantare da molti anni, una discreta flotta peschereccia.

E' quindi l'Argentario un luogo particolare, una giusta miscela tra terra e mare, che trae sostentamento dalle attività marittime, ma che anche dal suo "interno" trova particolari predisposizioni agricole che la rendono una terra affascinante e ricca di tipicità, dal vino all'olio, passando per gli agrumi, la frutta o per la varietà di erbe e bacche selvatiche.

## Le nostre Tipicità

### L'Ansonica Costa dell'Argentario doc

La Denominazione di Origine Controllata (D.O.C.) di questo vino è tra le più giovani del panorama vinicolo toscano, vista la sua istituzione nel 1995. Il vino di colore giallo paglierino intenso e con profumo marcato al naso con sentori di frutto, asciutto e morbido al palato ha, per disciplinare, l'85% di Ansonica un vitigno autoctono del Monte Argentario e dell'Isola del Giglio



### La "Fica Maschia"

Elaborazione culinaria del "melù" che nella tradizione Portercolese veniva fatto a bordo dei pescherecci della flotta facendolo essiccare all'aria del mare mentre le barche rientravano in porto, era il mangiare di bordo che assunse a piatto della tradizione vista la sua poca commerciabilità.

### Le acciughe (Engraulis encrasicolus)

La pesca era molto legata alla numerosa presenza di menaite (circa 70 ad inizio del XX secolo) imbarcazioni specializzate nella pesca dell'acciuga; benché al nome "Menaite" venga a tuttoggi erroneamente associato il natante usato per la pesca all'acciuga, questa altro non è che la rete tipica usata per la pesca a questo prezioso pesce azzurro, anche questa portata dai pescatori siciliani e campani immigrati in epoca remota sul promontorio.

La lavorazione sicuramente più tipica di questo pesce era ed è tuttora, conservata sotto sale, il che permetteva sia ai pescatori che ai contadini dell'Argentario di uscire di casa "con il cartoccio delle acciughe da mangiare a battiscarpa" ossia rimuovendone l'eccesso di sale battendole sul tacco delle calzature. Famose erano le merende dei nostri nonni alla "frasca", con acciughe dissalate e messe sott'olio, mangiate sul pezzo di pane "sciocco" con il bicchiere di ansonica venduto sfuso direttamente dal produttore.



### La Razza e Il San Pietro

Entrambi pesci "poveri" di paranza (peschereccio), pescati su fondali fangosi abbastanza profondi con reti a strascico; poveri non perché con carni di scarso pregio, ma perché la percentuale di scarto è notevole. Le carni di entrambi sono molto magre e quindi adatte ad essere bollite o fatte in umido.

Particolare attenzione va posta nel pulire questi pesci, visto che entrambi presentano aculei pronunciati.

### Il Pesce Bandiera

E' pesce pelagico che vive a profondità rilevanti, ma può risalire a 20-30 metri nei mesi estivi e autunnali. La sua nutrizione è carnivora. Questo pesce è nella tradizione peschereccio/culinaria di quasi tutta la costa tirrenica, ma "Bandiera" è tipica dicitura "Procidana", mentre in Liguria viene denominato pesce "Argentin", in Sardegna "lama" ed in Sicilia "spatula". Viene pescato a profondità di 100-200 metri con lenze. Vengono

presi anche con i "cienciali" per la pesca delle acciughe e con le reti a strascico. La carne è ottima, specialmente cucinata a cotoletta. Sulle coste italiane è presente nel Tirreno, piuttosto raro invece in Adriatico.

### La Tonnina

Il Tonno ha nelle acque dell'Argentario un habitat ideale. Non per nulla fino all'inizio del '900 una delle "Tonnare" del Tirreno Centrale era proprio davanti a Porto Santo Stefano e la lavorazione del tonno è stato fin da quei tempi una delle attività principali che veniva fatta sul pescato.

Le procedure di lavorazione atte ad ottenere dai filetti di tonno questa prelibatezza, vengono "importate" all'Argentario (a Porto S. Stefano più che a Porto Ercole) dai pescatori provenienti dal sud dell'Italia e dalla Sardegna dove queste pratiche venivano attuate fin dall'antichità: i filetti di tonno, dopo averli ripuliti della parte grassa, vengono messi in salamoia, la cui concentrazione salina viene aumentata gradualmente, per circa 14 giorni. Per altri 15 giorni verranno invece esposti per un'ora al giorno alla luce solare e all'aria. Durante il periodo della lavorazione complessivamente il peso si riduce di circa il 30% e prima del consumo finale, il prodotto necessita di un periodo di maturazione in "giarretta" di circa un mese.

### Il Lupacante

Nome dialettale dell'Astice (*Homarus gammarus*) alcuni usano chiamarlo anche Lupacante.

Sul promontorio, c'è l'abitudine di chiamare con questo nome il crostaceo di colore blu e bianco pescato localmente, distinguendolo così dal più generico astice scuro di provenienza nord americana.

Pescato generalmente con le nasse, non ha avuto, come il cugino americano, buon successo nell'allevamento a causa della forte aggressività.

"Lupacante", assume quindi un significato particolare, che esula dalla semplice dialettalità, un distinguo qualitativo del crostaceo, una sorta di classe di merito.

Di gusto più deciso dell'aragosta, è ottimo sia bollito che alla griglia, ma... uno spaghettino al lupacante!!



## Il pesce di scoglio

### I Piatti

#### Il cardaro: la nostra zuppa di pesce

Paese che vai (nella costa!) zuppa di pesce che trovi... ed all'Argentario non facciamo differenza. A dispetto delle altre realtà marinare da noi la zuppa di pesce non si distingue solo nel nome dialettale "cardaro", e quando in pescheria chiediamo pesce di scoglio, dall'altra parte intendono subito che a casa faremo la zuppa di pesce...



Sul promontorio, come detto, ma anche all'isola del Giglio, la zuppa viene chiamata "Cardaro" ed il pesce per fare questa zuppa è appunto quello di scoglio.

Scorfano, tracina, pesce prete, mazzola, sono i pesci tipici di questa preparazione che, una volta veniva fatta a bordo delle paranze in questo modo: si mettevano da parte tutti i pesci più spinosi, non adatti alla vendita e si cuocevano in un sugo fatto con olio, cipolla, pomodoro, prezzemolo e peperoncino, poco vino e acqua (a volte di mare!). Si ponevano i pesci in ordine di delicatezza delle carni e quindi di tempo di cottura. A cottura ultimata si serviva il tutto in un recipiente in cui era stata sistemata una discreta quantità di pane raffermo.

I paranzellai si sedevano e la grossa ciotola veniva messa nel mezzo così che ognuno potesse mangiare direttamente dal recipiente.

## I dolci

### La pagnottella

Dolce tipico della tradizione natalizia santostefanese, ma nato per altri scopi.

Le donne dei contadini, usavano infatti fare la pagnottella (versione gigliese a nome panficato) in modo che i mariti avessero durante la durissima giornata di lavoro a zappa e bidente, una riserva di energia sotto forma di calorie di notevole valore nutritivo. Adesso la ricetta si è molto ingentilita rispetto al passato, infatti all'originale impasto di fichi secchi tritati ed impastati con il vino rosso e poi cotti in forno a forma appunto di piccola pagnotta, si aggiungono nocchie, noci e mandorle, addirittura frutta candita e pezzi di cioccolato.

### La schiaccia di pasqua

Ancora adesso, grazie ad un forte legame degli abitanti con la tradizione, camminando per i vicoli di Porto S. Stefano nel periodo precedente la SS. Pasqua, si possono sentire i profumi tipici della Schiaccia... da non confondere però con l'odore dei "corogli gnoranti" dall'aroma di anice più deciso.

Classica la colazione del giorno di Pasqua, al ritorno dalla processione con la schiaccia zuppata nel cioccolato caldo!!

A cura di Slow Food Argentario  
Grazie a: Umberto Amato e Fiorenzo Bausani