Ricette da Barca

Una attenta pianificazione della Cambusa di bordo è importante non solo dal punto di vista nutrizionale, aspetto tra l'altro legato alla sicurezza quando si intraprendono lunghe navigazioni, ma anche per quello che riguarda il "morale" dell'equipaggio nelle più consuete crociere lungo costa.

Uno degli argomenti infatti statisticamente più trattati a bordo il "cibo", forse per il timore che le leggende legate alla durezza della vita di bordo abbiano un drammatico fondamento proprio su ciò che all'italico marinaio più sta a cuore, c'è sempre qualcuno che almeno due ore prima del pasto se ne esce con un: - "...che si fa da mangiare oggi?"-

per spiazzare l'ansioso di turno, abbiamo pensato di raccogliere idee e suggerimenti per scodellare piatti che, sebbene semplici nell'esecuzione, siano in grado di indirizzarci l'odio viscerale (è il caso di dirlo..) del Teutonico vicino di banchina alle prese con l'apriscatole.

Si tratterà quasi sempre di piatti unici, sempre graditi da chi poi dovrà lavare le stoviglie, ma completi sia dal punto di vista nutrizionale che del palato.

Quindi, in attesa di Vostre gradite segnalazioni, possibilmente accompagnate dalla breve descrizione del luogo in cui il convivio si è svolto, si suggeriamo quanto segue:

difficoltà: facile* media** impegnativa*** rischio ammutinamento ****

Risotti

gamberi e vongole (*)

Paste

Tagliolini calamari e carciofi (**)

Trofiette Tonno fresco, melanzana e limone (**)

Spaghetti del prodiere (*)

Carbonara di tonno (**)

Trofiette al profumo di limone con tonno fresco (***)

Tagliatelle verde mare (***)

Insalata di pasta al polpo, con zucchine e olive (**)

Pesce

Polpette di baccalà (**)

  Pesce de povero skipper(*)

Orata o Branzino al sale (*)

Gamberoni del Pescatore (*)

Acciughe sotto sale (***)

Sarde in Savoir (o in Carpione) (*)

Scampi alla BUSARA (*)