

TABELLE

Specie	Denominazione scientifica
Alice o Acciuga	engraulis encrasicolus
Sardina	sardina pilchardus
Spratto o Papalina	sprattus sprattus
Alaccia	sardi'nella aurita
Sgombro	scomber scombrus
Lanzardo	scomber japonicus colias
Aguglia	belone belone
Costardella	scomberesox saurus
Suro o Sugherello	trachurus trachurus
Suro o Sugherello	trachurus mediterraneus
Suro	trachurus picturatus
Cicerello	gymnammodites cicerellus

AZZURRI DI COLORE

Specie	Denominazione scientifica
Tonno	thunnusthunnus
Alalunga	thunnus alaiunga
Alletterato	euthinnus alietteratus
Palamita	sarda sarda
Biso o Tonnarello	auxis rochei
Pesce Spada	xiphias gladius



"Il cuoco è un essere utopico. Lavora nello spazio della cucina. Il pasto è l'anima del cuoco fatto cibo. Ogni pasto è una rivelazione. Si sa che i cuochi generalmente non mangiano quello che cucinano: si accontentano di assaggiarlo. Il cuoco, infatti, non cucina per se stesso ma per gli altri. Il cibo è indubbiamente gustoso ma loro cercano una gioia più intensa; il loro cibo è altro. Loro mangiano la gioia che leggono sui volti dei loro commensali. Quando l'invitato dice: che buono! dice anche: come sono gustosi i sogni che vivono nella mente del cuoco. Il cuoco mangia con gli occhi.."

