

Un menù di Natale sostenibile: i consigli del WWF per rispettare l'Oceano



Il menù della Vigilia, in Italia, è quasi sempre a base di pesce: per evitare il sovrasfruttamento ittico e la pesca non sostenibile, il WWF orienta i consumatori tramite ricette, consigli, video-clip e un sito dedicato

Il **menù tradizionale della Vigilia di Natale**, generalmente, prevede il

pesce: una nota del WWF ricorda come, negli ultimi anni, il menù della cena del 24 ha visto 3 italiani su 4 mangiare pesce come alimento principale.

Questa tradizione, però, va a peggiorare una situazione già molto allarmante, ovvero la **pesca selvaggia e sconsiderata che c'è nei nostri mari**. Sempre sulla nota dell'associazione ambientalista, si legge che "ad oggi circa l'85% degli stock ittici monitorati nel Mediterraneo risulta sovrasfruttato". In altre parole, si mangia più pesce di quanto ne possa essere pescato, e questo mette a repentaglio la sopravvivenza degli ecosistemi marini e la biodiversità.

Per questo motivo, in occasione dell'arrivo di Natale, il WWF ha preparato una serie di consigli per l'acquisto responsabile del pesce, con dritte e ricette per il cenone presentate in 5 video-clip ? realizzati con l'agenzia Plural ? che saranno diffusi per tutto il periodo delle feste nei canali di WWF, Greenstyle e Agrodolce, media partner della campagna.

Si tratta di consigli validi sia per l'acquisto nella grande distribuzione che nelle piccole pescherie locali, e si abbinano a tutti gli articoli e alle descrizioni sulla pesca responsabile contenuti nel [sito di questo portale](#) specifico del WWF contiene le raccomandazioni su quale pesce scegliere e sulla loro provenienza in base alla sostenibilità di pesca locale, così come si alternano informazioni circa le persone che nel mondo vivono di pesca o sul consumo di pesce attuale in Italia, senza saltare le ricette proposte.

Il progetto dedicato alla **Pesca Sostenibile** si chiama **Fish Forward** Europe, ha come responsabile locale

Eva Alessi di WWF Italia, che afferma: "In Europa più della metà del pesce che finisce nel nostro piatto proviene dal resto degli oceani e in particolare dai paesi in via di sviluppo. In altre parole, i consumatori ogni giorno mettono in tavola cozze dell'Atlantico, calamari cileni, naselli senegalesi, merluzzi dell'Alaska. I mari di tutto il mondo stanno finendo le risorse. Il ?

sovrasfruttamento' degli oceani sta mettendo seriamente a rischio non solo gli habitat marini, ma la sicurezza alimentare di tutti, in particolare delle persone che dipendono dal pesce come fonte di cibo e reddito. La maggior parte dei consumatori non è consapevole dell'impatto delle proprie decisioni di acquisto su tutto questo e dei benefici che il consumo di pesce sostenibile può dare a ecosistemi marini e persone. Quando mangiamo pesce, abbiamo una grande responsabilità dal momento che 800 milioni di persone dipendono da questa risorsa per la propria sopravvivenza. E ognuno di noi con le sue scelte può fare la differenza".

Secondo le ultime ricerche, come riportato dal WWF, **in Italia ogni persona consuma ogni anno circa 29 kg di pesce, circa il doppio di ciò che facevano i nostri nonni**. Ed è proprio a loro che, secondo Eva Alessi, bisogna ispirarsi: "Come

facevano i nostri nonni, sarebbe importante tornare a cucinare il pesce disponibile, rispolverando le antiche ricette della tradizione mediterranea. In generale è bene fare attenzione alla tracciabilità, le indicazioni di provenienza del pesce sono caratteristiche fondamentali da controllare. Se mancano queste informazioni, meglio non acquistare il pesce".

Quando si compra pesce nei supermercati, ad esempio, occorre far caso alla presenza di due etichette: il certificato MSC (Marine Stewardship Council) e ASC (Aquaculture Stewardship Council), che indicano pesce pescato e allevato in modo sostenibile.

Ancora, la Marine Officer

Giulia Prato di WWF Italia, consiglia l'acquisto di pesce locale e differenziato: "Al banco del fresco è importante

scegliere prodotti di stagione e provenienti da pesca locale. In questo modo riduciamo al minimo la nostra impronta, favorendo la pesca artigianale delle nostre regioni e rispettiamo i cicli di vita delle specie. Un altro semplicissimo criterio è la

differenziazione: orientarsi sulla scelta delle specie meno conosciute può rivelarsi molto divertente per noi e molto utile per l'ambiente poiché contribuisce a rendere gli ecosistemi marini più forti, evitando che lo sforzo di pesca si concentri tutto su poche specie sovrasfruttate. Questo Natale potremmo cucinare ad esempio un filetto di sugarello, o un gustosissimo ragù di palamita. Tutti pesci dei nostri mari, ma poco conosciuti".

Link:

<http://www.earthday.it/Ecosistemi-e-biodiversita/Un-menu-di-Natale-sostenibile-i-consigli-del-WWF-per-rispettare-l-Oceano>