Il pesce robusto e panciuto: il Tombarello o Biso

23/10/2023

UN OCCHIO SULLA SPECIE

Il nostro inizio di settimana questa volta si immerge alla scoperta di una specie mediamente nota della famiglia dei tonni, un pesce di grosse dimensioni che popola i nostri mari ampiamente, in particolare l'Adriatico: **parliamo del Tombarello o Biso**, nome scientifico *Auxis thazard/Auxis rochei*, appartenente alla famiglia *Scombridae*.

È un pesce pelagico, che si può trovare sia in acque costiere che al largo, ma è anche un girovago cosmopolita e e popola tutti i mari: Oceano Indiano, Oceano Pacifico, Oceano Atlantico occidentale, Oceano Atlantico orientale, dalla Scandinavia alla Namibia.

Riguardo alle sue caratteristiche fisiche, si distingue dal Tonno per dimensioni che non superano il mezzo metro e il chilo e mezzo di peso, **per le due pinne dorsali sono separate ampiamente e per le geometrie irregolari che presenta la livrea del dorso**, simili a quelli dello Sgombro.

Questa caratteristica colorazione lo rende simile all'Alletterato, sebbene i disegni di quest'ultimo siano distinguibili in quanto sembrano composte da lettere e simboli. **Il colore generale, infine, è blu scuro, che sfuma nel grigio sul ventre e sui fianchi, mentre la pinna anale è bianca, le altre pinne grigie.**



Alcuni splendidi esemplari di Tombarello o Biso di taglia adulta, appena pescati.

SCEGLIAMO L'ACQUISTO SOSTENIBILE

Segnalata dall'IUCN (International Union for Conservation of Nature) come specie non a rischio, questa specie viene generalmente pescata con i metodi della pesca professionale, ma può essere portata a riva anche con gli attrezzi della piccola pesca artigianale, come lenze e reti da posta.

Se vuoi fare un acquisto responsabile, scegli di portare a tavola questo pesce tra settembre e novembre: in questo modo è comunque disponibile, ma fuori dal suo periodo di riproduzione.



Un bel pescato fresco, in cui si nota un Tombarello o Biso di grossa taglia (il primo a partire dall'alto).

SCOPRI IL TOMBARELLO O BISO A TAVOLA!

Questa specie ha carni saporite con caratteristiche nutrizionali simili a quelle del Tonno, rispetto al quale è considerato una specie meno pregiata, ma l'elevato contenuto in proteine altamente digeribili, ridotto tenore in grassi e colesterolo lo rendono molto nutriente; la frazione lipidica, infine, ha una prevalenza della componente polinsatura, in particolare di acidi grassi omega-3.

Le carni del Tombarello sono rosse e la sua degustazione è caratterizzata talvolta da una certa "oleosità" che può condizionare il giudizio sulla qualità delle sue carni e anche per questo motivo non ha un alto valore commerciale.

Generalmente, è considerato un pesce di modesto interesse - diremmo una "specie dimenticata" - **eppure, le sue carni sono ricche di qualità e proprietà organolettiche**, assolutamente equiparabili a quelle del tonno. Gli usi più comuni in cucina sono: arrosto, al forno, in umido, bollito, marinato, crudo e sott'olio.

Se vuoi assaggiare un piatto di pesce a base di Tombarello o Biso dal ricettario Hello Fish!, prova una ricetta dai toni freschi per accompagnare la fine dell'estate:



Tombarello grigliato con peperoni e menta.

Cerchi un'alternativa a questo pesce? Prova il Tonnetto o Alletterato!

Anche il gusto vuole la sua parte: **scopri le nostre ricette** nella sezione dedicata**.**

Vuoi approfondire? Cerca il Tombarello o Biso nelle nostre schede sulle specie!