La regina indiscussa dei crostacei: l'Aragosta

25/04/2022

UN OCCHIO SULLA SPECIE

Ambita e ricercata, questa regina dei fondali marini dal nome scientifico *Palinurus elephas* è in assoluto un'eccellenza nella famiglia dei crostacei, in particolare per la prelibatezza delle sue carni che la rendono ambita e rinomata su tutte le tavole.

Le caratteristiche fisiche sono particolari e ben distintive in questa specie, in quanto parliamo di una vera "corazzata marina" per la presenza di spine in prossimità del cefalotorace, una colorazione che varia dal bruno al violaceo del carapace, zampe tendenti al rosso e le notevolissime antenne, più lunghe del corpo.

Riguardo alle dimensioni, parliamo di una specie notevole, pensate che può raggiungere il metro e mezzo (e sono stati registrati casi di due metri!) e pesa in media tra 1,5 e 3 kg.



Un dettaglio sull'Aragosta e il suo splendido carapace.

GRANDI NUMERI NELLA RIPRODUZIONE, MA IN ALCUNE AREE VIENE SOVRAPESCATA

La riproduzione di questa specie è particolare e appannaggio dell'esemplare femmina, in quanto l'aragosta si accoppia principalmente quando il suo carapace è in fase di caduta; inoltre, tendenzialmente, trasporta sperma vivo fino a due anni, decidendo così di fecondare le sue 3.000-75.000 uova quando ritiene che il momento sia più adatto.

SCEGLIAMO L'ACQUISTO SOSTENIBILE NEL PERIODO GIUSTO

Questa specie non è sempre presente sui banchi delle pesceria proprio perchè necessita di essere portata a riva con i metodi della pesca artigianale, in particolare con le nasse.

L'IUCN (International Union for Conservation of Nature) segnala questa specie a rischio minimo, ma se vuoi fare un acquisto sostenibile prediligi un prodotto pescato tra aprile e luglio, fuori dal suo periodo di riproduzione.



Un magnifico esemplare di Aragosta tra le mani di un pescatore.

A TAVOLA CON L'ARAGOSTA

Parliamo di carni ad alto contenuto proteico, basso apporto lipidico e calorico, con elevata percentuale di acidi grassi polinsaturi omega-3 a lunga catena. Ottima fonte di fosforo, rame, zinco, iodio, selenio e vitamine del gruppo B, in particolare vitamina B12.

Le sue cotture più note?

Bollirla è sicuramente la tecnica più utilizzata, ma altre preparazioni si adattano alle sue carni come al sugo, con una gustosa pasta, o alla griglia.



Una delle ricette a base di Aragosta: filetti d'Aragosta su soffritto di verdure.

Cerchi un'alternativa a questa specie? Prova l'Astice!

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

Vuoi approfondire? Cerca l'Aragosta nelle nostre schede sulle specie!