

Le Alici di Gaeta



La acciuga o alice (*Engraulis encrasicolus*, Bleeker 1852) è un pesce della famiglia degli Engraulidae.

L'acciuga trascorre la sua vita in profondità ma all'arrivo della primavera si approssima in branco alla costa, andando

su banchi sabbiosi per deporre le uova.

L'acciuga viene chiamata **alice** quando, essendo giovane, è piccola.

Le acciughe si pescano da marzo a settembre con rete a strascico, da posta, o con rete da circuizione, calata superficialmente a diversa profondità fra la superficie e il fondo delle secche sabbiose. Meglio con la luna piena che le attira in superficie o attirando le acciughe con sorgenti luminose artificiali, dette lampare e con una congrua pasta di granchi come esca buttata con le mani dal secchio sulle reti.

Alici sotto sale di Gaeta

Prodotto storico, la cui tipologia di conservazione risulta legata alla tecnica di salatura del pesce. La particolarità di questo prodotto sta nel fatto che le alici vengono pescate da quasi tutti i pescherecci locali in due periodi dell'anno marzo-giugno e settembre-novembre. Le alici una volta pulite subiscono una prima salatura finalizzata ad asciugare i liquidi in eccesso. Dopo alcune ore viene eseguita la salatura vera e propria disponendo le alici in posizione a coltello o verticale all'interno di un contenitore. Ogni strato di alici viene interrotto con un sottile strato di sale. Completata tale operazione i contenitori (coccio o di vetro; tappo in legno di abete per la chiusura del contenitore) vengono messi

in locali freschi, areati e bui a maturare per un periodo minimo di 90 giorni.

La conservazione delle alici sotto sale di Gaeta è molto antica e risale ai tempi dei Romani, che attraverso la tecnica della salatura conservavano il pesce nel periodo invernale. Le alici sotto sale di Gaeta possono essere degustate tal quali come antipasto oppure per la preparazione di piatti tradizionali quali: Tiella di Gaeta, pizza, pasta e con cicoria di catalogna frastagliata di Gaeta (puntarelle).



Alcune Ricette

Alici in tortiera

800 gr di alici fresche,
aceto bianco,
uno spicchio d'aglio,
prezzemolo tritato
un paio di foglie di alloro
olio d'oliva
sale, pepe o peperoncino.



Liberate le alici della testa e delle interiora e sciacquatele bene. In una teglia larga (tortiera) sistemate le alici, l'olio, l'aglio, il peperoncino, l'alloro, il prezzemolo, il sale, un pò d'acqua e l'aceto. Coprite e lasciate cuocere a fuoco vivo.

Suggerimenti: si consiglia di scoperchiare qualche minuto prima del termine della cottura, in modo da completarla all'aria. Se si utilizzano alici di piccola taglia, si mangiano per intero, compresa la lisca. E' una delizia. Le alici di grossa taglia vanno diliscate, e fatte anche a più strati nella teglia. Alcuni preferiscono il limone all'aceto.

Alici indorate e fritte

600 gr di alici fresche
un paio di uova
un pò di farina
olio d'oliva, sale e pepe.



Liberate le alici della testa e delle interiora e sciacquatele bene. Diliscatele aprendole a metà. In una terrina battete le uova, aggiungendo il sale ed un pò di pepe. In una teglia mettete a riscaldare l'olio. Una alla volta, infarinate le alici, passatele nelle uova battute e gettatele nell'olio bollente. Fatele cuocere su entrambi i lati.

Suggerimenti: Utilizzate alici di grossa taglia e per diliscarle facilmente lasciatele dopo la pulitura all'aria per un'oretta. Mettete un pò d'olio nelle uova battute, la doratura viene più spumeggiante.

Alici marinate

800 gr di alici fresche
8 limoni grandi
40 gr di capperi
1 cucchiaio d'aceto
1 peperoncino
2 spicchi d'aglio
sale, mentuccia o origano.



Diliscate le alici, cioè pulitele e togliete la lisca e le piccole spine. Disponetele aperte su un piatto senza sovrapporle e spremete su di esse il succo di 4 limoni, sino a coprirle. Lasciate marinare per 4 ore. Scolate e ricopritele con il succo di altri 4 limoni e un pò di aceto. Dopo alcune ore scolate le alici, aggiungete capperi, peperoncino tagliato sottilissimo, un pò d'aglio, la mentuccia o l'origano ed il piatto è pronto.

Alici salate (acciuoghe in salamoia)

Per ogni chilogrammo di alici fresche
circa 300 grammi di sale marino.
Recipienti in coccia o vetro per la
conservazione.



Liberate le acciuoghe della testa e delle interiora e lavatele in acqua, preferibilmente marina. Ponetele su una spianatoia e cospargetele di sale, in modo che il sangue scoli. Il giorno seguente procedete alla preparazione dei vasetti. Mettete del sale sul fondo, fate uno strato di pesce ben allineato, ... uno strato di sale ed uno di pesce, fino al riempimento del vasetto. Ponete in sommità un disco di legno o plastica, con sopra un peso di circa 2 kg. Il vasetto deve sempre essere coperto dall'acqua di salamoia. In caso contrario aggiungete dell'acqua salata con abbondante sale. La maturazione avviene dopo 3-4 mesi.

Suggerimenti: alcuni procedono al riempimento dei vasetti senza far scolare le alici per 24 ore. In tal caso bisogna fare attenzione a pulire la sommità del vasetto dopo il primo periodo di conservazione.

Per confezionare le alici sott'olio prendete le acciuoghe dal vasetto e lasciatele in ammollo in acqua con un pò d'aceto. Pulitele dalla lisca, risciacquatele in acqua ed aceto, e fatele asciugare all'aria bene. Mettetele poi in un vasetto coperte dall'olio. Tenetele in frigo per utilizzarle all'occorrenza.