

Tanti trucchi e idee per i buongustai

Sul nuovo portale gastronomico di Migros l'arte della cucina è a portata di tutti

/ 20.02.2017

Parliamo del tonno ad esempio: il tonno particolarmente fresco è una vera prelibatezza. La sua compatta carne rossa è adatta a molti tipi di preparazione, soprattutto ai ferri. I condimenti ideali sono pepe, limone ed erbe aromatiche. Povero di lisce, il filetto di tonno si mangia anche crudo: in molte varianti di sushi e sashimi o nel Ceviche peruviano. In quest'ultimo piatto, il pesce crudo viene «cotto» semplicemente con l'aggiunta di succo di limone.

La popolarità del tonno come pesce commestibile lo rende però sempre più raro nei mari. Oltre al Tonno bianco, al Tonno pinna nera, al Tonno rosso, che sono le varietà più minacciate, esistono il Tonno pinne gialle e il Tonno bonito: questi ultimi sono catturati all'amo, un metodo di pesca promosso dalle organizzazioni ambientaliste come Greenpeace. Le scatole di «tonno rosa» vendute alla Migros contengono bonito.

Tutte queste informazioni, oltre a gustose ricette, suggerimenti e trucchi per la preparazione, sono disponibili nel nuovo club gastronomico creato da Migros. Per iscriversi occorre possedere una carta Cumulus e inserire i propri dati nel sito www.migusto.ch.