

# CorriereAdriatico.it

Giovedì 26 Ottobre 2017 - ultimo aggiornamento: 13:13

## Dalla rete al piatto per i più piccoli: Pappa Fish, pesce per tutti i gusti



di **Laura Ripani**

C'è un legame speciale tra il mare e i bambini: erano loro, nella tradizione, a doversi denudare sulla prua della nave per "fendere" l'occhio del ciclone citando una formula tramandata da nonno a nipote; sempre loro a "girare la ruota" dei funai quando il mestiere era ancora più duro. Ancora loro, oggi, ad essere i più felici, in spiaggia, con secchiello e paletta. Protagonisti infine di un progetto che ha portato la Regione Marche alla ribalta internazionale per la capacità di entrare nelle mense scolastiche e rendere il pesce un alimento godibile, divertente e legato ai momenti di divertimento. Pappa Fish nasce a San Benedetto del Tronto, patria di una delle più importanti marinerie d'Italia, grazie all'intuizione dell'attuale consigliere regionale Fabio Urbinati.

### L'intuizione

«Mia figlia era ancora piccola - spiega - e volevo che la sua alimentazione fosse corretta ma gustosa; ero però anche assessore alla pesca e intendevo promuovere pure i nostri pescatori, le industrie di trasformazione e il territorio». Il progetto fu poi immediatamente sposato da Sara Giannini, in Regione. Oggi sono 52 i Comuni delle Marche che hanno aderito con successo, al bando "Pappa Fish, mangia bene e cresci sano come un pesce!" finanziato all'80% con fondi europei: alici, triglie, suri, moli, pannocchie, sardine, sgombri, gallinelle, ma anche moscardini sono entrati nell'alimentazione di più di 25mila bambini di 282 scuole delle Marche e il modello segnalato dal Lifelong learning programme dell'Unione Europea e dell'Unesco. Un percorso di sensibilizzazione con docenti ed educatori del Centro Cea "Ambiente e Mare" e della Partners in Service srl.

### La festa

Giovedì 8 giugno almeno 2mila bambini da tutta la regione, nella piazza Kursaal di Grottammare, verranno traghettati nel magico mondo di Pinocchio e la Balena tra laboratori didattici, spettacoli teatrali e di giocoleria: immancabili i racconti delle reti e dei pescatori locali dell'associazione della Piccola pesca grottammarese. Una faesta che prevede dalle lezioni di pesce dal vivo, alla visione di documentari animati, sagome da colorare, karaoke, album di figurine, giochi di abilità e tanto altro. I numeri del primo triennio di Pappa Fish sono davvero importanti. 50.000 pasti a base di pesce fresco locale, circa 200 somministrazioni di menù completi e circa 76 quintali di prodotto ittico locale fresco attentamente pulito, spinato e sfilettato, lavorato dalle aziende ittiche a misura di bambino (a zero spine!) e presentato in modo accattivante sono stati i segreti di questo successo che ha coinvolto con le degustazioni cuochi, docenti, rappresentanti dei genitori e amministratori per definire le ricette maggiormente appetibili per i bambini.

«Il nostro Adriatico - spiega la biologa Barbara Zambuchini - offre ai buongustai un mare di biodiversità, più di 500 specie di pesci oltre a molluschi e crostacei. Questo patrimonio ittico viene utilizzato solo in

minima parte a tavola: orate, sogliole, pescatrici e altri pesci “alla moda” vanno a scapito del pesce azzurro e di altre specie cosiddette “povere” che hanno un maggiore apporto di nutrienti, sono più economiche e saporite». Dello stesso avviso il professor Italo Farnetani, pediatra dell'Università di Malta e coordinatore delle Bandiere Verdi.

«Ho portato il progetto Pappa Fish - spiega l'autore del libro “I piatti migliori per i bambini” - come esempio e oggetto di studio all'XI edizione del Congresso internazionale di Neonatologia di Cagliari e alle Giornate pediatriche di Parma oltre che all'Expo dopo aver condotto un'indagine su un campione di 500 pediatri italiani. In media i bambini mangiano pesce solo una volta a settimana, contro le tre volte raccomandate, dunque troppo poco. Per superare la diffidenza e convincere i baby -palati si possono preparare polpette grandi come un'oliva o suggerire anche le olive all'ascolana nella variante di San Benedetto, cioè ripiene di pesce, anche solo quello azzurro».

### **Le preferenze**

L'indagine ha evidenziato che ai più piccoli per il 40% il pesce va bene di ogni tipo anche perché è morbido e non deve masticarlo troppo, ma non ci devono essere assolutamente le lisce. Un dato confermato anche dal fatto che il 60% gradisce gamberetti o calamari, certo di non trovare spine. «Per i bambini - chiude il docente - un'iniziativa come Pappa Fish a scuola è importante perché stimola l'emulazione nel gruppo dei pari, soprattutto se i leader mangiano pesce. È inoltre utilissimo per le mamme perché soprattutto quello azzurro è a buon mercato. Inoltre relativamente a quello dell'Adriatico, piccolo e gustoso, ha pochissimi metalli pesanti e ha una funzione oltre che educativa, culturale: rappresenta la storia della vostra terra e i bambini per crescere bene hanno bisogno di radici affinché possano dispiegare le ali». Varrebbe la pena tornare bambini, insomma.



### **Polpette di alici al forno o fritte in padella**

Ingredienti per 30 polpette:

700 grammi di alici, 50 grammi parmigiano grattugiato, 2 uova, una fetta di pane raffermo, 1 pizzico di sale. Olio per friggere

Preparazione: Pulire le alici e togliere la lisca. Metterle nel mixer e incorporare il pane raffermo, ammollato senza la crosta nell'acqua e strizzato, le uova e il parmigiano con un po' di olio extravergine. Realizzare una trentina di polpette e friggerle in padella o, meglio, cuocerle a forno già caldo a temperatura di 180° per 20 minuti.

### **Sano come un pesce**