

## SARAGO MAGGIORE (*Diplodus sargus*)



### Chi è

È un pesce diffuso in tutto il Mediterraneo. Ha abitudini gregarie, ma i soggetti adulti spesso preferiscono appartarsi e restare isolati. Vive in vicinanza della costa, a modeste profondità, non superiori a 70 m. Carnivoro ed erbivoro, si nutre di molluschi (gasteropodi o bivalvi), di piccoli crostacei e di alghe. Frega in autunno, da settembre a novembre.

### Come è

Ha un corpo di forma ellittica, piuttosto alto e compresso lateralmente, ricoperto di squame di media grandezza. La bocca è piccola e leggermente protrattile. Il colore del corpo è grigio-argentato, con fasce verticali scure che scendono sui fianchi in numero variabile da 4 a 9. Sul peduncolo caudale è evidente una ampia fascia di colore nero che non raggiunge il margine inferiore. Dello stessa tinta è il margine posteriore dell'opercolo e la base delle pinne pettorali. I soggetti catturati, di norma, presentano dimensioni comprese fra i 30 e 40 cm, ma eccezionalmente possono essere raggiunti i 45 cm di lunghezza ed i 2 kg di peso.

### Come si cattura

Il Sarago si pesca con reti da posta, a strascico, con le nasse, le lenze ed i palangari di fondo.

### Periodo di pesca

Si cattura all'inizio della primavera, da marzo in poi, quando questi sono in fase di riproduzione, ma soprattutto nei mesi dell'autunno e dell'inverno.

### Curiosità

Vengono usualmente definiti "Saraghi" anche i pesci presenti nel Mediterraneo appartenenti ad altre due specie, ed in particolare *Diplodus vulgaris* e *Diplodus cervinus* che secondo la normativa vigente hanno denominazione commerciale rispettivamente di Sarago fasciato e di Sarago faraone. Molto simili sono anche il Sarago pizzuto (*Diplodus puntazzo*) ed il Sarago sparaglione (*Diplodus annularis*). Il nome scientifico di *Diplodus* deriverebbe dal greco "diploos" e "odous", con il significato di "doppia dentatura", probabilmente in relazione alla diversa morfologia dei denti incisiviformi e dei molariformi.

È specie oggetto di allevamento.

### Un po' di storia

Nel trattato di storia naturale "Historia Animalium" del IV secolo a.C. il filosofo greco Aristotele scrive: "Il sarago va a nutrirsi assieme alla triglia, e quando questa esce dal fango dopo averlo smosso (è infatti capace di scavare), il sarago vi piomba addosso per cercare cibo e impedisce ai pesci più deboli di mangiare insieme a lui".

Quinto Ennio (16 luglio 239 a.C. - 8 ottobre 169 a.C.) poeta, drammaturgo e scrittore romano considerato il padre della letteratura latina, nel poemetto didascalico sulla cucina dal titolo "Hedyphagetica", dispensa

consigli per gli appassionati di arte gastronomica dell'epoca e, a proposito del Sarago, scrive: "Brundisii sargus bonus est; hunc magnus si erit, sume" ("Buono è il sarago di Brindisi, se lo trovi grande, compralo"),

### Valore economico

Ha carni discretamente apprezzate, ma fra tutti i Saraghi, *Diplodus sargus* è la specie più pregiata. Il periodo migliore per l'acquisto è fra luglio e febbraio.

Appare opportuno segnalare un problema che si manifesta sempre più frequentemente ovvero la possibilità di cucinare e di consumare i cosiddetti "Saraghi di gomma", così chiamati in quanto soggetti che manifestano un generale indurimento della carne, la quale risulta stopposa, gommosa alla masticazione ed in alcuni casi disgustosa.

Non esistendo dati statistici, la possibilità di consumare un Sarago maggiore che non presenti questo problema è al momento una questione unicamente legata al caso.

Relativamente invece alla spiegazione del fenomeno, nel tempo sono state sviluppate diverse teorie, ma quella più scientificamente accreditata mette in relazione tale difetto con l'alimentazione del Sarago che sarebbe ghiotto di un particolare tipo di alga, la "Caulerpa cylindracea".

Si tratta di un'alga invasiva alloctona, (di origine Indo-Pacifica e probabilmente introdotta in modo involontario o accidentale nel Mar Mediterraneo negli anni '90), contenente alcuni alcaloidi chiamati "caleurpine" in grado di abbattere il contenuto di acidi grassi (i famosi Omega 3) nel tessuto muscolare del pesce, rendendo in tal modo immangiabili le carni del pesce in quanto eccessivamente magre.

### Valori nutrizionali per 100 gr

Energia (kcal)	98
Energia (kJ)	412
Proteine (g)	20,4
Lipidi (g)	1,9
Carboidrati (g)	1,0

### Nomi dialettali

Ancona: Sparetto, Capuccino

Bari: Sarge

Cagliari: Sarigu

Catania: Saricu tunnu

Crotone. Saricu monica

Gaeta: Sario

Gallipoli: Scantru

Genova: Sagai

Imperia: Saragu

Manfredonia: Saraci

Napoli: Sario, Saracuotto

Olbia: Isparessa

Palermo: Saracu

Pescara: Carlini, Sbarre

Taranto: Varanguidde, Schiurgitieddi (forme giovanili)

Trieste: Spareto

Venezia: Sparo

### Come si chiama in Europa

Sar (FR), Sargo (ES), Sea bream, Porgy (UK), Große Geißbrasse, Weißbrasse (DE), Sorthale (DK), Sargo, Sarguete, Palmeiro (PT)

Scheda a cura di Gualtiero Fazio e Paolo Bellotti.

Foto di Paolo Manzoni. La riproduzione è vietata senza l'autorizzazione dell'Autore.