

## IL MOSCARDINO DI CAORLE

Il moscardino di Caorle è un mollusco cefalopode denominato Moscardino muschiato (Eledona moscata), pescato con reti a strascico nel mare antistante Caorle.

Appartiene quindi alla categoria dei molluschi cefalopodi e si presenta caratterizzato da corpo molle, non avvolto da guscio esterno. Questa categoria ittica è caratterizzata da un corpo allungato a forma di "sacco" con all'estremità una testa con occhi e un numero di tentacoli caratteristici. Costituisce oggetto di forte interesse commerciale sia per le sue caratteristiche nutrizionali sia per le caratteristiche qualitative tipiche del prodotto stesso e garantite dall'attento processo di pesca nel rispetto della specie. Inoltre la commercializzazione inserita in un attento processo di tracciabilità di filiera assicura la sicurezza alimentare.

Un marchio di riconoscimento per il moscardino di Caorle, in grado di promuoverne l'alta qualità in tutta Europa, al pari di altri prodotti di prestigio come le celebri ostriche della Bretagna. E' quanto punta ad ottenere il mondo della pesca e della ristorazione caorlotta, che ha deciso di fare squadra insieme alle istituzioni locali per far sì che il moscardino pescato nelle acque antistanti Caorle ottenga il marchio IGP. Il progetto, che vedrà protagonisti i consorzi dei produttori ittici, l'Ascom - Confcommercio e il Comune.

Rispetto alle altre varietà, il moscardino di Caorle, che viene pescato esclusivamente nella fascia di mare che va dalla foce del Piave al Tagliamento, si caratterizza per la colorazione grigio - brunastra, ma soprattutto per le dimensioni ridotte (al massimo 35 cm), che contribuiscono a renderne la polpa tenera e gustosa, differenziandolo per prelibatezza da tutti gli altri polipi nazionali ed esteri. Una specificità che rendere il moscardino caorlotta unico nel suo genere, tanto da meritare, secondo i promotori dell'iniziativa, il prestigioso marchio europeo.

E' opportuno soffermarsi e mettere in risalto i nutrienti caratterizzanti il Moscardino di Caorle.

<b>COMPOSIZIONE CHIMICA E VALORE ENERGETICO DELL'ALIMENTO RIFERITI A 100 g DI PARTE EDIBILE</b>	
Parte edibile (g)	90
Energia Kcal	57
Acqua, (g)	82
Proteine (g)	10,6
Acidi grassi totali (g)	0,63
A.G. saturi	0,23
A.G. insaturi	0,40
Colesterolo (mg)	140
Carboidrati (g)	1,4
Fibra totale (g)	0
Minerali più rappresentati (mg)	
Potassio	233
Fosforo	189
Calcio	144



Ferro	1,5
Vitamine presenti:	
Niacina	2,1
Vitamina E (mg)	1,2
Vitamina A (µg)	25

*Fonte: Tabelle di composizione chimica e valore energetico degli alimenti (INRAN) e Banca dati di composizione degli alimenti per studi epidemiologici in Italia*

Il basso livello calorico della parte edibile (quella porzione del pesce che si può utilizzare a scopo alimentare) è dovuta ad un elevato contenuto d'acqua. Inoltre il buon quantitativo proteico, costituito da proteine ad alto valore biologico, in quantità comprese tra il 10 e il 15% dell'apporto proteico, e il basso contenuto lipidico, che consente di classificare tale prodotto ittico nella classe del pescato magro (percentuale di acidi grassi inferiore al 3%), rende il Moscardino di Caorle particolarmente indicato nelle diete ipocaloriche.

Va sottolineata, per quanto concerne la componente proteica, la percentuale elevata di collagene, che non venendo sintetizzati spontaneamente dal nostro organismo, devono essere introdotti con la dieta. Il collagene, vista la sua funzione connettivale, concorre anche ad aumentare, se consumato in quantità adeguate e costanti, l'elasticità dei tessuti cutanei, ritardando l'effetto dell'invecchiamento e perdita di tono della pelle.

Il nostro patrimonio nativo di collagene va incontro, già a partire dai 20 anni, a un processo fisiologico di usura, stabilito dal proprio patrimonio genetico e da vari fattori di rischio, quali uso e abuso di fumo, alcool, stress ossidativo, esposizione ai raggi solari, alimentazione e abitudini di vita scorrette. La perdita di collagene si manifesta con la comparsa delle prime rughe e successivamente con una progressiva perdita di tonicità cutanea. Integrare con l'alimentazione il nostro corpo di nuovo collagene significa ridare compattezza e quindi freschezza alla pelle.

Apprezzabile inoltre l'apporto di micronutrienti ossia sali minerali e vitamine fondamentali, rispettivamente, nei processi metabolici cellulari e per le funzioni di controllo delle attività biochimiche oltre che per il trasferimento di energia nel nostro organismo. L'unica nota negativa è il discreto contenuto di colesterolo, elemento caratterizzante la categoria dei molluschi.

Va infine ricordata l'elevata digeribilità e facile masticabilità, pertanto tale alimento è indicato per chi manifesta problemi di digestione e/o masticazione lenta.