Verbraucherzentrale Südtirol
Centro Tutela Consumatori Utenti
Die Stimme der VerbraucherInnen
La voce dei consumatori

Centro Tutela Consumatori Utenti

Via Dodiciville 2
39100 Bolzano
Tel. 0471 975597
info@verbraucherzentrale.it

Come riconoscere il pesce fresco?

Lun 08/07/2024 - 09:48

Il pesce crudo è un alimento facilmente deperibile e ha una durata di conservazione molto limitata. Se il pesce è ancora fresco lo si capisce dall'aspetto, dall'odore e dalla consistenza.

Aspetto: Le pinne del pesce fresco si presentano integre, non appiccicose e non secche, mentre le squame sono ancora lucenti e ricoperte da uno strato di muco trasparente. Se il pesce è stato eviscerato, i residui di sangue sulle superfici tagliate sono di colore rosso vivo. Inoltre, i pesci freschi hanno occhi sporgenti, chiari e trasparenti, nonché branchie umide e d'un bel colore rosato. Al contrario, muco lattiginoso, superfici di taglio scure, brune o secche, occhi infossati e opachi e lamelle branchiali viscide, gialle o brunastre indicano che il pesce non è più fresco. L'eventuale completa assenza delle branchie potrebbe essere dovuta al fatto che il venditore le ha rimosse per occultare la carente freschezza del pesce.

Odore: Il pesce freschissimo ha un odore pressoché neutro, con solo un vago sentore di acqua marina, stagno o alghe. Il punto migliore in cui verificare l'odore è costituito dalle branchie, perché "il pesce puzza dalla testa". Più l'odore è intenso, più il pesce è vecchio. Il pesce avariato ha un pungente odore di marcio (ammoniaca!), sa "di pesce" e cavolo. "Il pesce che emana un odore sgradevole non dovrebbe più essere mangiato, nemmeno se è stato cotto", avverte Silke Raffeiner, nutrizionista presso il Centro Tutela Consumatori Utenti. L'odore pungente "di pesce" è dovuto in parte al composto trimetilammina, una sostanza che si forma nei pesci d'acqua fredda attraverso la degradazione batterica. Inoltre, una volta morto, nel pesce inizia la degradazione enzimatica delle proteine, durante la quale viene prodotta la cadaverina, che sa di materia decomposta.

Consistenza: Il pesce fresco ha carne soda ed elastica. Se si preme brevemente ma con decisione sulla pelle del pesce con un dito, non devono rimanere ammaccature. Anche se il pesce si presenta rigido, compatto e leggermente curvo è un segnale di freschezza: la condizione di rigor mortis, infatti, persiste soltanto poche ore dopo la morte del pesce, trascorse le quali la carne diventa di nuovo più morbida ed elastica.

Il pesce fresco dovrebbe essere messo in frigorifero subito dopo l’acquisto e idealmente preparato il giorno stesso o al più tardi il giorno successivo. Per inciso, si dice che il limone fresco, il caffè in polvere o il dentifricio aiutino ad eliminare l’odore di pesce dalle mani di chi lo prepara.