

# Il Pesce

## La filastrocca di Sua Maestà il Baccalà

Nei mari del Nord, tra un tuffo e uno spruzzo viveva beato il Pesce Merluzzo. Ma un giorno i Vichinghi dagli elmi a stambecco lo videro, e allora lo fecero secco. Strappato, a milioni dal placido Abisso e all'aria asciugato: è lo stoccafisso. I Baschi, che stavano un poco più in basso vedendo i merluzzi restaron di sasso: e i pesci, pescati con furia bestiale ficcati in barile restaron di sale. Nel mondo dilaga la gran novità: che grande sapore! Cos'è? Il baccalà!

"Sano come un pesce!" è un detto antico, ma non è vero che i pesci non si ammalano mai!

Il pesce è un alimento ricco dal punto di vista nutrizionale e molto digeribile. Fresco, surgelato o conservato, l'ideale è consumarlo due o tre volte alla settimana. Ma attenzione! Evita le specie a rischio di estinzione!

