



I. I. S. "F. BUSCEMI"

ISTITUTO TECNICO TECNOLOGICO

SERVIZI PER ENOGASTRONOMIA E OSPITALITÀ ALBERGHIERA

PIAZZA MONSIGNOR SCIOCCHETTI, 6 – 63074 SAN BENEDETTO DEL TRONTO (AP)

Tel. 0735 587044 – C.F. 91053060447 – Cod. Meccanografico APIS01600D

mail: apis01600d@istruzione.it - Pec apis01600d@pec.istruzione.it – codice univoco: S5XYNB

www.alberghierosbt.edu.it



Il brodetto alla sambenedettese: un Bengodi di mare

Il brodetto alla sambenedettese si prepara seguendo una tradizione antica legata al mare. Per prima cosa si prende il pesce fresco, quello che arriva ogni giorno dal porto, che si trova proprio davanti alla mia scuola, e si pulisce con attenzione. In un tegame grande si fa soffriggere lentamente la cipolla con un po' d'olio, poi si aggiungono i peperoni e i pomodori verdi tagliati a pezzi. Dopo si aggiunge il pesce uno alla volta, senza girarlo troppo per non romperlo. Si mette un po' d'acqua e del peperoncino e si lascia cuocere a fuoco lento. Il brodetto deve cuocere piano, così prende sapore e diventa profumato. Alla fine si serve caldo con il pane abbrustolito ed è un piatto semplice ma ricco, che rappresenta bene la tradizione di San Benedetto del Tronto.

Gli ingredienti principali della ricetta originale sono:

- 1 kg pesce (coda di rospo, gallinelle, razze, pesce prete, scorfano, sgombri di piccola grandezza, triglia, merluzzo, palombo)
- 1 seppia grande
- 3 pomodori verdi
- 2 peperoni verdi
- 1 bicchiere aceto di vino bianco
- 1 cipolla
- olio extravergine d'oliva e sale (quanto basta)

Secondo me questo è un esempio di Bengodi moderno, perché non si parla di ricchezze o di lusso, ma di cose semplici che fanno parte della nostra vita. Avere il mare davanti alla scuola, il porto così vicino e il pesce fresco ogni giorno è una vera fortuna. Il brodetto alla sambenedettese nasce da ingredienti poveri, ma messi insieme diventano un piatto ricco di sapore e di tradizione. Questa è una ricchezza autentica, che rappresenta bene San Benedetto del Tronto.

Diamante Izzo