

---

# Il tonno

**Autore:** Giuseppe Chella

**Fonte:** Città Nuova

Il tonno è l'unico pesce a sangue caldo: ha cioè la temperatura corporea indipendente da quella dell'ambiente in cui vive. È diffuso nel Mediterraneo e nell'Atlantico e vive in branchi. Recentemente il Consiglio nazionale delle ricerche ha condotto un lavoro, finanziato con fondi della Comunità Europea, per studiare la migrazione di questi pesci. Ad alcuni tonni sono stati impiantati microtrasmettitori ed il loro spostamento è stato seguito dai satelliti e si è scoperto che questi pesci percorrono grandi distanze e cambiano le rotte migratorie dopo lunghi periodi. Esistono diverse specie di tonni: quello del Mediterraneo è il cosiddetto tonno rosso che ha un corpo lungo fino a 3 metri e può pesare circa 600 kg. Le specie piccole sono dette tonnetti. Molto utilizzato ed apprezzato per l'inscatolamento è il tonno a pinna gialla che ha la caratteristica di avere un colorazione gialla della punta delle pinne. Il peso medio di questa specie si aggira intorno ai 40 kg. Il tonno è un vorace predatore ed un nuotatore molto veloce che può raggiungere i 70-80 km all'ora. Una attività industriale, il cosiddetto ranching, minaccia molto seriamente la sopravvivenza dei tonni: questi pesci vengono catturati, chiusi in grandi recinti-gabbie e sottoposti all'ingrasso. Il tonno è un ottimo alimento che ha un buon contenuto di proteine (circa il 21 per cento) ed è ricco dei benefici grassi omega 3. L'apporto energetico in scatola dipende dal quantitativo di olio rimasto dopo lo sgocciolamento ed è di circa 300 calorie per ogni 100 grammi mentre quello fresco ha metà calorie. L'olio di conservazione migliore è quello di oliva. Il trattamento del tonno fresco con monossido di carbonio aumenta la durata di conservazione e conferisce un bel colore rosso vivo alla sua carne ma tale additivo, per motivi sanitari, è proibito dall'Unione Europea. C'è da segnalare, infine, che negli Stati Uniti sono stati trovati tonni in scatola che hanno una certa tossicità per l'elevato contenuto di mercurio proveniente da inquinamenti industriali che si riversano nel mare.