



Comune di
Milano



Venerdì 22 maggio 2026

RAGÙ DI CEFALO DI ORBETELLO

Oggi una nuova sperimentazione
dalla laguna di Orbetello alla mensa

Oggi assaggeremo un piatto speciale, che arriva da un luogo unico d'Italia: la **laguna di Orbetello**.

Qui la pesca tradizionale è riconosciuta come **Presidio Slow Food**, a tutela di un'attività che da generazioni rispetta l'ambiente e i suoi equilibri naturali.

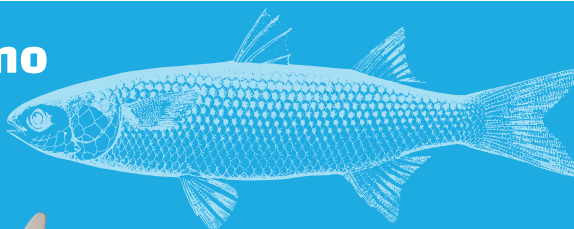
Chef Ambrogio ci accompagna alla scoperta di questo territorio, dei suoi pescatori e delle tradizioni marinare.

Il piatto viene oggi proposto nelle scuole servite dai **centri cucina Clericetti, Giustizia, Bottego**, come prima sperimentazione, che consentirà poi di estendere questa ricetta a tutti i bambini e le bambine di Milano a partire dal prossimo menu invernale.



Primo piatto del giorno

Riso con Ragù di Cefalo



Ogni piatto
racconta
un territorio

Chef Ambrogio ti aspetta sul sito
di Milano Ristorazione.
Scopri i nuovi video,
e soprattutto i suoi trucchi
di cucina e di degustazione.

www.milanoristorazione.it/video



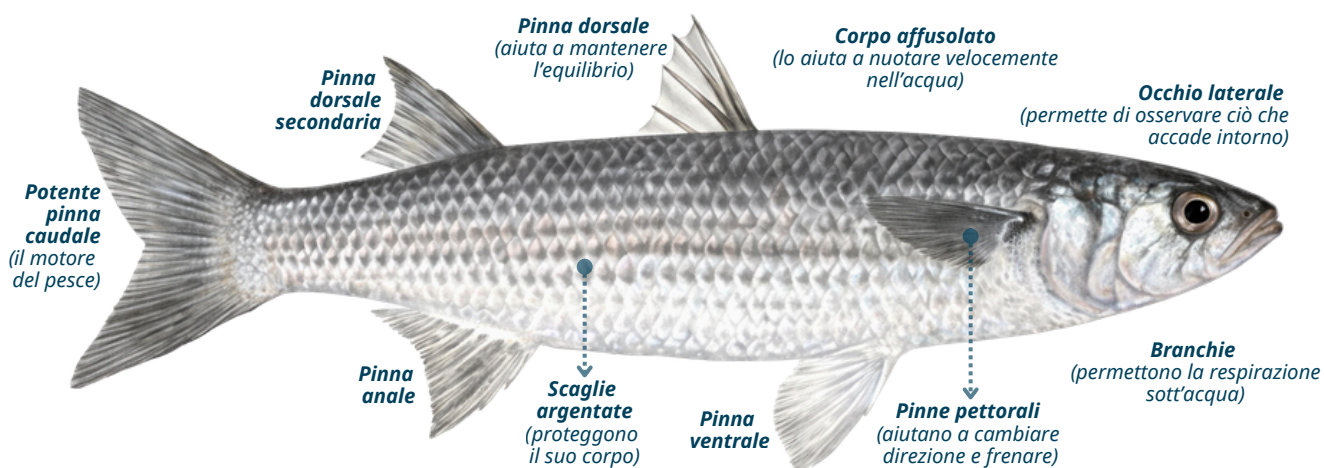
Iniziativa sviluppata in sinergia con:



Il valore del Cefalo

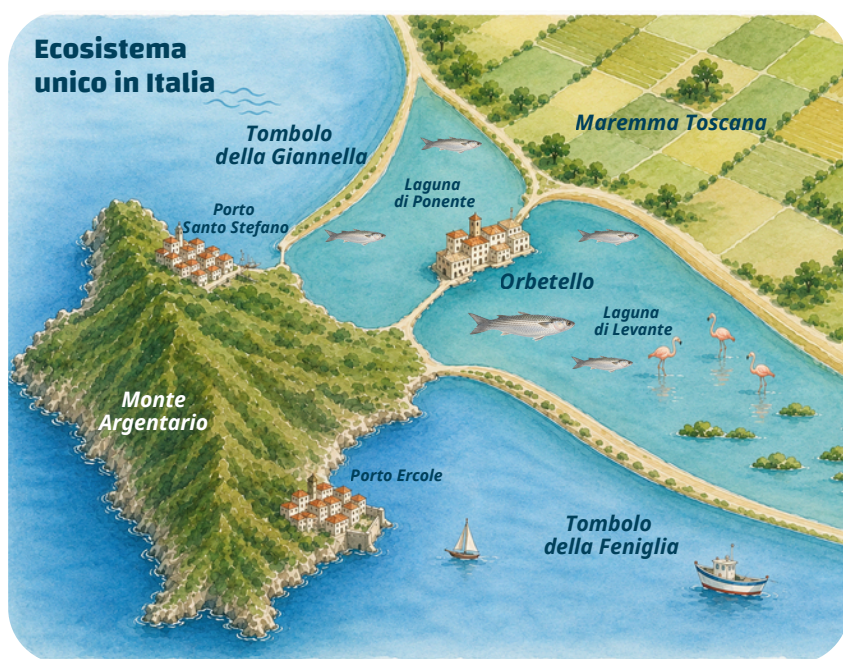
Il cefalo è uno dei pesci simbolo della Laguna di Orbetello e da secoli fa parte della tradizione locale. La sua pesca avviene ancora oggi con tecniche lagunari storiche, rispettose dei ritmi naturali e dell'equilibrio dell'ecosistema. Dopo la pesca, il pesce viene controllato, lavorato e filettato a mano con grande attenzione alla qualità e alla sicurezza alimentare.

Alcuni filetti vengono poi salati e affumicati secondo lavorazioni tradizionali tramandate nel tempo, che fanno parte della storia gastronomica della laguna di Orbetello. Attraverso questo piatto, bambini e bambine possono scoprire il valore del legame tra territorio, tradizioni, lavoro dei pescatori e cultura alimentare.



Ricco di proteine nobili e Omega3

Il cefalo è un pesce azzurro, contiene grassi "buoni", come gli Omega-3, utili per il benessere dell'organismo e per una dieta equilibrata. Inserire il pesce nell'alimentazione scolastica aiuta bambini e bambine a conoscere sapori diversi e a costruire abitudini alimentari più varie e consapevoli.



Laguna di Orbetello

Nella Laguna di Orbetello i pescatori tramandano da generazioni un mestiere profondamente legato all'acqua, alle stagioni e agli equilibri naturali della laguna.

Qui la pesca tradizionale lagunare, detta anche vallicoltura, si basa sull'ingresso spontaneo dei pesci tra mare e laguna, seguendo maree e cicli naturali. Le tecniche utilizzate permettono una pesca selettiva e rispettosa della biodiversità, senza allevamenti intensivi né utilizzo di mangimi artificiali. Questo approccio contribuisce a mantenere vivo un ecosistema delicato e una cultura locale fatta di conoscenze, lavoro e cura del territorio. Attraverso questo piatto, la mensa scolastica diventa anche occasione per conoscere forme di produzione alimentare più sostenibili e consapevoli. <https://ipescatoriorbetello.it/>



Presidio Slow Food

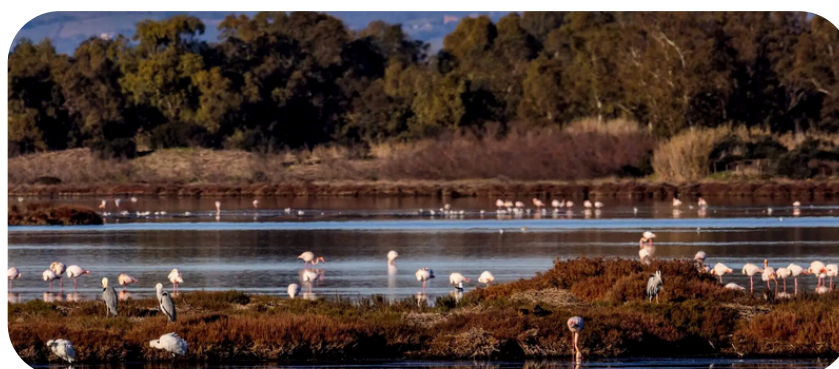
La pesca tradizionale della Laguna di Orbetello è riconosciuta come Presidio Slow Food, perché tutela un'attività storica profondamente legata al territorio e ai suoi equilibri naturali.

Il Presidio valorizza tecniche di pesca sostenibili, il rispetto della stagionalità e il lavoro delle comunità locali. È un esempio di come tradizione, qualità e attenzione all'ambiente possano convivere nella produzione del cibo. <https://www.fondazioneSlowFood.com/it/presidi-slow-food/pesca-tradizionale-della-laguna-di-orbetello/>



Oasi WWF della Laguna di Orbetello

L'Oasi della Laguna di Orbetello è una delle aree umide più importanti d'Italia ed è protetta a livello nazionale e internazionale per il suo grande valore naturalistico. Questo ambiente ospita migliaia di uccelli, tra cui fenicotteri rosa, aironi, falchi pescatori e molte altre specie legate agli ecosistemi lagunari. La presenza dell'Oasi ricorda quanto sia importante proteggere la biodiversità e mantenere in equilibrio il rapporto tra attività umane e natura.



<https://www.wwf.it/dove-interveniamo/il-nostro-lavoro-in-italia/oasi/laguna-di-orbetello/>

Le innovazioni delle ricette ittiche

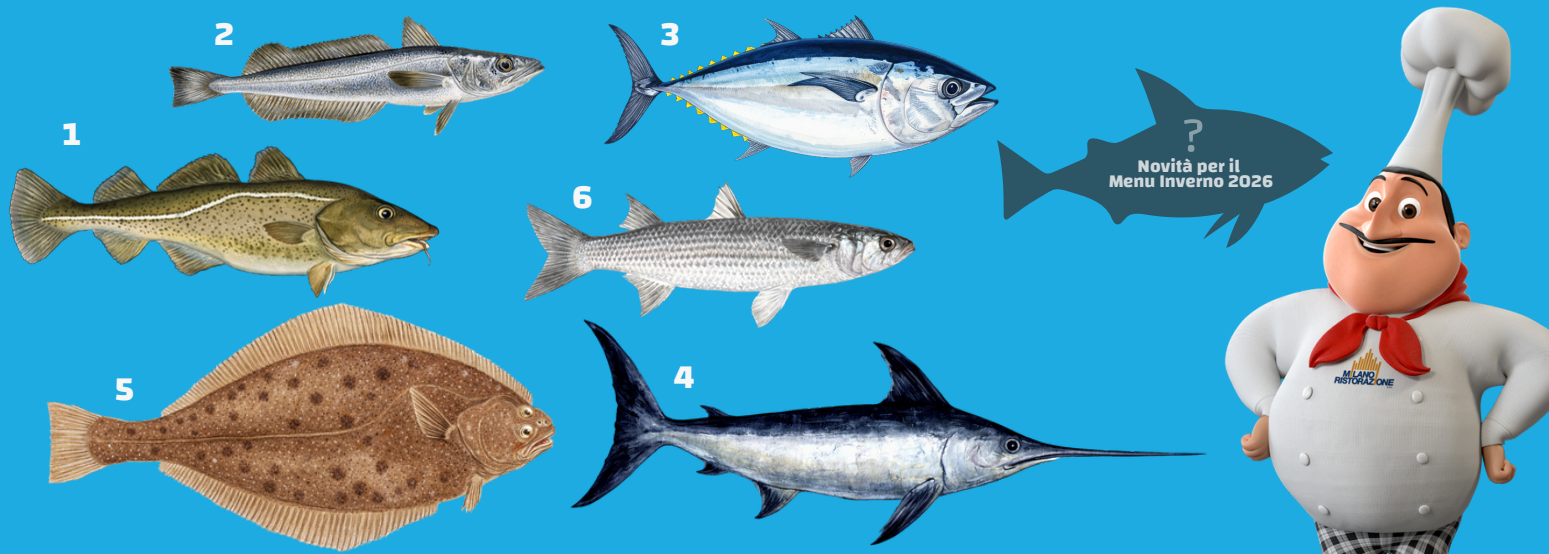
Milano Ristorazione, in attuazione della Food Policy di Milano, sta sviluppando un importante lavoro di ricerca e innovazione sulle ricette a base ittica nella refezione scolastica. Fino al 2025 il menu scolastico prevedeva principalmente tre specie ittiche: **nasello** (1), **merluzzo** (2) e **tonno** (3). Nel corso del 2026, il lavoro di ricerca portato avanti da cuochi, dietisti, nutrizionisti e tecnici ha già ampliato significativamente la biodiversità ittica proposta nelle mense scolastiche, introducendo nuove specie come il **pesce spada** (4), l'**halibut** (5) e oggi anche il **cefalo** (6).

L'obiettivo è aumentare la varietà alimentare, migliorare il rapporto dei bambini e delle bambine con il pesce e valorizzare filiere e territori di qualità, attraverso preparazioni sempre più adatte alla refezione scolastica. Chef Ambrogio, insieme ai cuochi e tecnici di Milano Ristorazione, sta già lavorando alle nuove ricette del menu inverno 2026, esplorando ulteriori specie ittiche e nuove preparazioni innovative.

Chef Ambrogio al Mercato Ittico di Sogemi

Nell'ambito della Food Policy, Milano Ristorazione e Sogemi stanno rafforzando le proprie sinergie in relazione al Mercato Ittico di Milano, luogo di confronto tra dietisti, nutrizionisti e tecnici di Milano Ristorazione, veterinari e agronomi di Sogemi e grossisti della filiera ittica. Questa collaborazione permette di approfondire qualità, stagionalità, sicurezza alimentare e nuove specie ittiche adatte alla refezione scolastica.

L'obiettivo comune è sviluppare soluzioni innovative e sostenibili, capaci di avvicinare bambini e bambine a un consumo del pesce più vario, consapevole e legato ai territori.



Le immagini della Laguna di Orbetello provengono dall'omonima Cooperativa di Pescatori. Le immagini sono state prodotte con strumenti di Intelligenza Artificiale. I contenuti di questo opuscolo non riflettono necessariamente il punto di vista ufficiale delle istituzioni, degli enti o degli attori citati. Il Comune di Milano, Milano Ristorazione e il personale che ha contribuito alla redazione non possono essere ritenuti responsabili dell'accuratezza delle informazioni e dei dati riportati.

Comune di Milano
Direzione Educazione
Area Food Policy
Unità Innovazione Sistema Alimentare
Unità Coordinamento e Controllo Milano Ristorazione

Milano Ristorazione
Ufficio Relazioni Esterne
Ufficio Qualità e Sicurezza Alimentare
Direzione Gestione Operativa
Ufficio Sviluppo Prodotti

Sogemi
Direzione Mercato
Mercato Ittico Milano
Ufficio Qualità e Sicurezza Alimentare

foodpolicy@comune.milano.it
02.884.45694
Maggio 2026