



NEWS

Festival della Bottarga: l'oro del Sinis



di **Paolo Valente** pubblicato il 18 Settembre 2025

*Sta per prendere il via il quarto **Festival della Bottarga di Muggine**, simbolo identitario di Cabras e del suo territorio.*

*La “**Bottarga di muggine e pesca tradizionale dello stagno di Cabras**” sono un presidio **Slow Food** nato con lo scopo di valorizzare la bottarga e il muggine pescato nello Stagno di Cabras, attraverso pratiche tradizionali e sostenibili, distinguendolo dai prodotti provenienti da diverse aree geografiche e oltre Oceano.*

Lo stagno di Cabras è una delle aree umide della Sardegna più importanti per estensione e biodiversità: circa duemila ettari che costituiscono un microsystema unico dove le acque salate del mare si mescolano con quelle dolci provenienti dall'entroterra.



Situato nella parte settentrionale del golfo di Oristano, è un rifugio per numerose specie di uccelli che sostano e nidificano. Nelle vicinanze, sono stati ritrovati numerosi elementi risalenti all'età nuragica tra cui le 44 statue dei Giganti di Mont'e Prama; questo a comprova della rilevanza geopolitica che questi luoghi hanno rivestito nel corso dei millenni passati.

In questo stagno si pesca, da sempre, il muggine le cui uova essiccate danno origine alla bottarga. La pesca e la lavorazione della bottarga e degli altri prodotti sono tutelati da un Presidio Slow Food e vengono svolte con fasi manuali secondo l'antica tradizione e nel rispetto dell'ambiente.

La produzione, estremamente bassa e limitata a pochi quintali all'anno, rende la bottarga di muggine dello stagno di Cabras un prodotto di nicchia pur essendo il tassello meglio riconoscibile della sua area.



La salinità della laguna conferisce alla bottarga un gusto peculiare e un grande equilibrio, con punte di amaro e di dolce. È apprezzata per la sua particolare versatilità in cucina anche se occorre lavorare ancora per valorizzarla al fuori dai piatti della tradizione.

*Una prova concreta è stata offerta dal **142 Restaurant by Sandra Ciciriello** che ha proposto due piatti innovativi. Un antipasto **“Zucca, bottarga di muggine, arancia e uova di salmone”** nel quale il sapore del mare abbinato tendenza dolce della zucca hanno creato un mix esplosivo che ha coinvolto tutte le papille gustative. E poi un dolce: **“Sorbetto pesca e miele, melone bianco e bottarga di muggine”**; l'equilibrio e il gioco delle diverse temperature insieme alla spinta salmastra della bottarga ha conferito al tutto una spinta decisamente particolare che ha caratterizzato il finale di bocca.*

Ma la bottarga, insieme al pecorino, è anche simbolo della memoria dei sardi che si sono trasferiti “in continente”; la bottarga sul carciofo con il pane carasau è per loro ricordo di casa.



*Il programma del Festival, che si terrà a **Cabras** dal **19 al 21 settembre 2025**, prevede un intenso calendario di iniziative e vede coinvolti anche i produttori di altre eccellenze del territorio.*

Tra questi l'azienda Contini, prima cantina privata di Sardegna, che si trova proprio all'interno della cittadina e che fa della vernaccia, che produce sia nella tipologia giovane che in quella invecchiata, il suo focus principale.

*Numerosi chef, tra cui **Max Mariola**, si alterneranno ai fornelli per presentare le loro creazioni nelle quali la bottarga diventa elemento focale e caratterizzante la preparazione.*

*Ospite d'onore e Ambassador dell'edizione 2025 sarà lo chef **Davide Oldani**, patron del ristorante D'O di Cornaredo, 2* stelle Michelin, che si racconterà sul palco del Festival della Bottarga di Muggine.*

Cabras è un territorio ricco da promuovere e da salvaguardare con le sue spiagge meravigliose fatte di granuli di quarzo, i suoi uliveti che arrivano a pochi metri dal mare o dallo stagno e l'area marina protetta più grande di Italia.

