



Descrizione

Con il termine oca si intendono diversi uccelli della famiglia Anatidi, come quella selvatica, lombardella e granaiola. Alcune razze partono dalla specie selvatica e sono comunemente chiamate domestiche, come nel caso dell'oca di Romagna, di Emden e di Tolosa. Generalmente si distinguono in due tipologie: quelle grandi (che possono arrivare anche ai 12 kg), allevate per lo più in Francia per il "foie gras", e le oche di medio peso che si aggirano intorno ai 5 kg. Le oche allevate sono generalmente usate per la carne, le uova e il fegato; alcune aziende anche per le piume e le penne. La carne dell'oca ha un colore rosso, ma più chiaro rispetto all'anatra. In Italia ci sono pochi allevamenti di oche, per lo più concentrati in Lombardia (nella zona del Pavese), in Veneto e in Emilia Romagna. L'oca allevata per essere cucinata arrosto viene generalmente macellata a 10-12 settimane quando ancora non è molto grassa.

Classificazione: Avicole

Tipologia: Rossa

Consigli in cucina

L'uso dell'oca in cucina è una tradizione antica e deliziosa. La carne dell'oca è apprezzata per il suo sapore ricco e succulento, perfetta per le occasioni speciali e le festività. Il grasso d'oca è un ingrediente pregiato utilizzato per preparazioni come il confit d'oca, che conferisce piatti straordinariamente gustosi. In Italia, viene spesso cucinata intera, fatta arrosto soprattutto per le festività come Natale e Ferragosto. I tagli più richiesti durante il corso dell'anno sono il petto, ottimo cucinato a tagliata in padella, e la coscia. Le ricette regionali la vedono protagonista anche nel ragù. Secondo molte ricette del nord Italia, quando viene cucinata intera arrosta, viene condita con molti ingredienti grassi, come strutto, burro e lardo.

Curiosità

La carne dell'oca ha radici antiche e una storia culinaria affascinante. Originaria delle regioni temperate dell'emisfero settentrionale, l'oca selvatica fu inizialmente cacciata per la sua carne e le uova, divenendo una fonte essenziale di cibo per diverse comunità. Con il tempo, l'antico Egitto fu uno dei primi luoghi ad allevare le oche, riconoscendone il valore. La sua deliziosa carne fu apprezzata in tutto l'Impero Romano e bizantino, contribuendo alla diffusione dell'allevamento in molte parti d'Europa.

Proprietà nutrizionali

La carne d'oca oltre alle proteine, è anche una buona fonte di vitamine del gruppo B, ferro e zinco, che contribuiscono al benessere generale dell'organismo. Il suo alto contenuto di grassi conferisce un sapore straordinario alle preparazioni culinarie. Infatti, l'oca è considerata una carne semigrassa (ogni 100 g di carne cruda contiene circa 7 g di lipidi). I tagli più magri sono quelle del petto e della coscia.