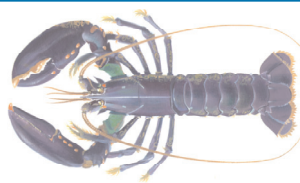


# Bogavante



## DENOMINACIONES

Nombre popular castellano: **Bogavante**

Nombre científico: *Homarus gammarus*

Denominación comercial admitida en España (Res. 04/03/09 SGM): Bogavante europeo

Denominaciones en las Comunidades Autónomas Españolas (Res. 04/03/09 SGM)

Comunidad Autónoma de Andalucía: Bogavante

Comunidad Autónoma de Asturias: Bugre, Llubricante

Comunidad Autónoma de Baleares: Llamàntol, Grimaldo

Comunidad Autónoma de Cantabria: Ollocantaro, Abacanto, Abrecanto

Comunidad Autónoma de Cataluña: Llamàntol

Comunidad Autónoma de Galicia: Lumbrigante

Comunidad Autónoma de Murcia: Bogavante, Sastre

Comunidad Autónoma de País Vasco: Abacanto

## DATOS DE LA ESPECIE

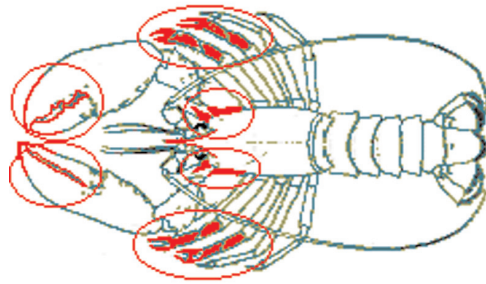
### Descripción

#### Características esenciales

Poderoso y blindado cangrejo, bello y atractivo donde los haya, de color negro azulado, salpicado de marmoraciones azules y amarillas, es habitante de nuestras costas en profundidades comprendidas entre la orilla y hasta 150 m. Es un animal sedentario, de vida nocturna, con territorio marcado propio aunque realiza migraciones, de manera que durante el verano se acerca a la costa y se dirige a mayores profundidades en invierno. Longitud total más común oscila entre 230 y 500 mm. Existe dimorfismo sexual siendo las pinzas de los machos mayores que las de las hembras. Se alimenta de otros crustáceos y moluscos, que deshace fácilmente con sus poderosas pinzas.

#### Elementos diferenciales

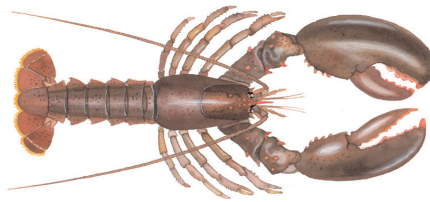
Caparazón liso, con solamente dos pares de espinas detrás de los ojos, siendo, el par externo muy pequeño. Tiene dos grandes pinzas, una con los bordes cortantes finamente denticulados (pinza izquierda, cortante) y la otra con fuertes dientes irregulares (pinza derecha, trituradora). Las segundas y terceras patas son mucho más delgadas, pero igualmente con pinzas. El color de la espalda negra azulado, marmórea y los laterales ventrales amarillentos.



**Dibujo diferencial**

### Confusiones, errores, fraudes y especies próximas

Es difícil confundirlo, ya que es la única especie que se produce en nuestras aguas, si bien hay otros bogavantes que alcanzan nuestros mercados diariamente, en vivo, procedentes de países de Norteamérica (*Homarus americanus*), pero que se diferencian notablemente del nuestro. En cualquier caso consultar en elementos diferenciales.



**Bogavante americano**

### Pesos y medidas

Talla mínima: Cantábrico y Noroeste, Golfo de Cádiz y Canarias: longitud cefalotórax: 8,7 cm, Mediterráneo: longitud cefalotórax: 10,5, longitud total: 30 cm.



**Fotografía individual de la especie**



Fotografías parciales de la especie

## Lugares y artes de pesca

Se pesca en casi todas las costas españolas, con distintos métodos artesanales, entre ellos el de enmalle.

## Comercialización

Puede alcanzar grandes tallas, por lo que es muy apreciado gastronómicamente. Es un recurso alimenticio muy apreciado y escaso, por lo que alcanza precios muy elevados. Se desembarca fresco y entero. Aparece en los mercados vivo, fresco y congelado. En la actualidad se practica acuicultura de carácter experimental.

## Valores culinarios y gastronómicos

Hay quien prefiere el bogavante a la propia langosta, especialmente para algunas preparaciones como los salpicones y vinagretas. La verdad es que hace un fenomenal papel en paellas y risottos, a la plancha, de cualquier manera. La espectacularidad de su anatomía hace que, debidamente troceado, sea todo un deleite en la mesa.

## Valores nutricionales básicos

Se recogen de forma tabulada el contenido proteico, el contenido en grasas y las calorías contenidas en 100 gramos de la especie.

Proteínas (g/100g)	Grasas (g/100g)	Energía (Kcal/100g)
17.10	1.67	88.67



# Bonito



## DENOMINACIONES

Nombre popular castellano: **Bonito**

Nombre científico: *Sarda sarda*

Denominación comercial admitida en España (Res. 04/03/09 SGM): Bonito

Denominaciones en las Comunidades Autónomas Españolas (Res. 04/03/09 SGM)

Comunidad Autónoma de Andalucía: Bonito del Sur

Comunidad Autónoma de Asturias: Sierra

Comunidad Autónoma de Baleares: Bonítol

Comunidad Autónoma de Canarias: Sierra, Corríguelo

Comunidad Autónoma de Cataluña: Bonítol

Comunidad Autónoma de Galicia: Bonito do Atlántico

Comunidad Autónoma de País Vasco: Aginzorrotz, Lampo Sabelmarradun

Comunidad Autónoma de Valencia: Bonítol

## DATOS DE LA ESPECIE

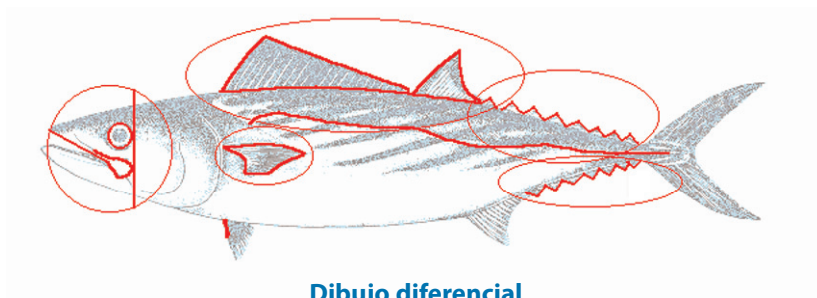
### Descripción

#### Características esenciales

Es un pequeño atún de entre 60 y 80 cm típicamente pelágico superficial, aunque puede encontrarse a profundidades de hasta 200 m. Tiene hábitos gregarios y es un nadador activo que realiza migraciones estacionales muy marcadas acercándose a la costa para reproducirse. Se mueve entre el Atlántico y el Mediterráneo y se alimenta de pequeños pescados azules como sardinas, boquerones y caballas.

#### Elementos diferenciales

Pequeño atún, con cuerpo relativamente estrecho. Boca bastante grande, que alcanza el borde posterior del ojo. Aletas dorsales juntas, la primera muy grande de 20 a 23 espinas. Tiene de 7 a 9 aletitas dorsales y de 6 a 8 anales. Aletas pectorales cortas. Línea lateral claramente sinuosa. El color de la espalda y parte superior de los lados es azul acero, con de 5 a 11 grandes rayas sombreadas inclinadas. La parte inferior de los lados y del vientre son de color plateado.



Dibujo diferencial

### Confusiones, errores, fraudes y especies próximas

Es muy difícil confundirlo con otros túnidos, especialmente por las enormes rayas laterales oscuras de sus lados.



Fotografía individual de la especie



Fotografías parciales de la especie



Fotografías parciales de la especie

## Lugares y artes de pesca

Al ser un pescado que migra, puede encontrarse en cualquier costa. Suele pescarse con redes de cerco, con líneas de mano, palangres y otros procedimientos artesanales.

## Comercialización

Carne muy apreciada; muy sabrosa, fácilmente digerible y muy nutritiva. Se comercializa fresco, congelado, en conserva y en semiconserva. Se desembarca principalmente fresco y entero. También congelado entero o transformado a bordo (eviscerado y sin cabeza).

## Valores culinarios y gastronómicos

En buen estado de frescura es un excelente pescado para preparar cazuelas, planchas, empanadas y escabeches. La carne es un tanto oscura, lo que quizás le quita algo de atractivo.

## Valores nutricionales básicos

Se recogen de forma tabulada el contenido proteico, el contenido en grasas y las calorías contenidas en 100 gramos de la especie.

Proteínas (g/100g)	Grasas (g/100g)	Energía (Kcal/100g)
21.25	8.30	162.67





# Bonito del Norte



## DENOMINACIONES

Nombre popular castellano: **Bonito del Norte**

Nombre científico: *Thunnus alalunga*

Denominación comercial admitida en España (Res. 04/03/09 SGM):

Bonito del Norte o Atún blanco o Albacora

Denominaciones en las Comunidades Autónomas Españolas (Res. 04/03/09 SGM)

Comunidad Autónoma de Andalucía: Atún blanco, Bonito del Norte

Comunidad Autónoma de Asturias: Mono

Comunidad Autónoma de Baleares: Bacora, Ullada

Comunidad Autónoma de Canarias: Barrilote

Comunidad Autónoma de Cantabria: Bonito del Norte

Comunidad Autónoma de Cataluña: Bacora

Comunidad Autónoma de Galicia: Bonito do Norte

Comunidad Autónoma de País Vasco: Hegaluze

Comunidad Autónoma de Valencia: Bacora

## DATOS DE LA ESPECIE

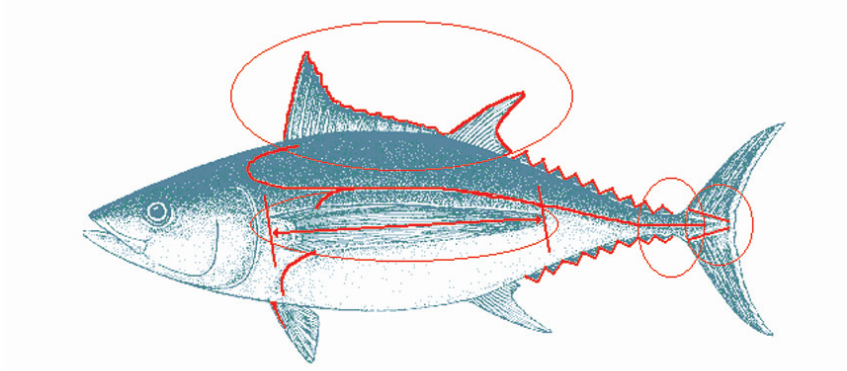
### Descripción

#### Características esenciales

Digno representante del Club de los azules, por su importancia económica, y por lo que representa su pesquería entre los pescadores gallegos, asturianos, cántabros y vascos, sin olvidar que en sus migraciones entra en el Mediterráneo llegando hasta las costas catalanas. Suele tener un tamaño entre 50 y 70 cm y su característica diferencial es la enorme longitud de las aletas pectorales, mucho mayor que en todas las demás especies de túnidos. Generalmente la encontramos a profundidades inferiores a los 400 m asociado a una temperatura de entre 15 y 20 °C. Tiene hábitos gregarios y puede regular su temperatura corporal gracias a su poderosa musculatura por lo que necesita buscar en sus migraciones aguas muy oxigenadas. Se alimenta de otros peces pelágicos y de moluscos cefalópodos.

#### Elementos diferenciales

Cuerpo en forma de huso, bastante alto. Dos aletas dorsales separadas solamente por un pequeño espacio. Aleta anal compuesta de 7 a 9 aletitas. Aletas pectorales muy largas, más del 30% de la longitud total del animal. Arranque de la cola muy fino, con una crestita a cada lado. El color de la espalda es azul oscuro, metálico y de los costados y vientre, blanquecino. El de las aletas dorsales más o menos amarillo oscuro.



Dibujo diferencial

### Confusiones, errores, fraudes y especies próximas

Es un pescado muy conocido como para que puedan producirse confusiones y fraudes con él, como puede verse por los elementos diferenciales dichos, que no dejan la menor duda, especialmente el tamaño de las aletas pectorales.



Fotografía individual de la especie



Fotografías parciales de la especie

## Lugares y artes de pesca

La costera del Bonito del Norte es la máxima expresión de esta pesquería, que se lleva a cabo mediante anzuelo y cebo vivo, arte de pesca defendido hasta los dientes por los pescadores de la zona, en contra de las volantas o enmalles, artes conflictivos, que tienen el inconveniente añadido de que la calidad del pescado es mucho peor.

## Comercialización

Especie muy apreciada comercialmente que se vende fresco, congelado, en mojama y en conserva. Se desembarcará principalmente fresco y congelado entero. También puede ser procesado a bordo (eviscerado sin cabeza).

## Valores culinarios y gastronómicos

Qué no se podrá decir de los valores del bonito. De entrada el color blanco de su carne, una vez cocinada es todo un atractivo. Sus escabeches son maravillosos. Los guisos con vegetales, el famoso marmitako está entre las mejores cazuelas del país. Los lomos de este pescado se cocinan enseguida, por lo que hay que tener extremo cuidado en no sobrecocinarlos. Sería una pena, ya que la carne se torna dura y seca fácilmente. Las ventrescas, cosa aparte, tienen acumulada toda la grasa muscular del animal y constituyen uno de los manjares más preciados que nos ofrece la mar. Sus formas laminares y su finura muscular son inalcanzables por ninguna otra especie marina.

## Valores nutricionales básicos

Se recogen de forma tabulada el contenido proteico, el contenido en grasas y las calorías contenidas en 100 gramos de la especie.

Proteínas (g/100g)	Grasas (g/100g)	Energía (Kcal/100g)
22.25	7.99	189.00



# Boquerón



## DENOMINACIONES

Nombre popular castellano: **Boquerón**

Nombre científico: *Engraulis encrasicolus*

Denominación comercial admitida en España (Res. 04/03/09 SGM): Boquerón o Anchoa

Denominaciones en las Comunidades Autónomas Españolas (Res. 04/03/09 SGM)

Comunidad Autónoma de Andalucía: Boquerón

Comunidad Autónoma de Asturias: Bocarte

Comunidad Autónoma de Baleares: Aladroc

Comunidad Autónoma de Canarias: Longoron, Anchoa

Comunidad Autónoma de Cantabria: Bocarte

Comunidad Autónoma de Cataluña: Seitó

Comunidad Autónoma de Galicia: Bocarte

Comunidad Autónoma de Murcia: Boquerón

Comunidad Autónoma de País Vasco: Antxoa, Bokarte

Comunidad Autónoma de Valencia: Seitó, Aladroc

## DATOS DE LA ESPECIE

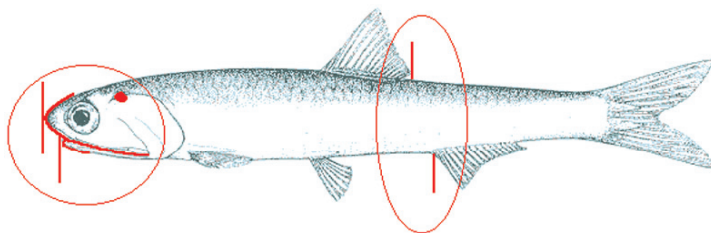
### Descripción

#### Características esenciales

Es un fiel visitante de nuestras costas a partir de la primavera, que forma grandes bancos en sus recorridos migratorios del Cantábrico y del Mediterráneo. Habita en mar abierto sobre la plataforma continental y se aproxima a la costa en verano para realizar la puesta. Su longitud (sin la cola) suele ser 6 veces mayor que su altura y su talla normal se encuentra entre 12 y 15 cm. Se alimenta durante el día y lo hace de organismos planctónicos, ya sea por filtración o mediante búsqueda selectiva.

#### Elementos diferenciales

Cuerpo muy alargado, con morro cónico, prominente y puntiagudo. Boca situada en posición inferior, mandíbula superior larga, prolongada muy por detrás del ojo. Aleta dorsal corta, situada más o menos en la mitad del cuerpo. Origen de la anal detrás de la base de la dorsal. El color de la espalda es azul verdoso, pasando inmediatamente al gris claro. Tiene una mancha negra pequeña en la nuca.



Dibujo diferencial

### Confusiones, errores, fraudes y especies próximas

Es muy difícil confundirlo por la forma de su boca, que se aleja de la sardinillas y espadines.

### Pesos y medidas

Talla mínima: Cantábrico y Noroeste y Canarias: 12 cm, Golfo de Cádiz: 10 cm y Mediterráneo: 9 cm



Fotografía individual de la especie



Fotografías parciales de la especie

## Lugares y artes de pesca

Como ya se ha dicho es una especie muy conocida en Galicia, Asturias, Cantabria y País Vasco en el Atlántico y en la costa de Girona en el Mediterráneo. Se pesca prácticamente al cerco, por su pequeño tamaño y concentración en el mar.

## Comercialización

El boquerón es una de las especies más conocidas de nuestros mercados y lonjas. Alto valor comercial, tanto como producto fresco como en conserva, salazón o encurtido. Al ser graso, no es aconsejable su congelación. Puede usarse también como carnada en la pesca de atunes. Se desembarca fresco y entero.

## Valores culinarios y gastronómicos

Es una especie venerada por todo el mundo, de alto valor y calidad gastronómica, por la composición y reparto de su grasa en la carne. Ello permite preparaciones tan apetitosas como "en vinagre". En el País Vasco son famosas las tortillas de anchoas (boquerones).

## Valores nutricionales básicos

Se recogen de forma tabulada el contenido proteico, el contenido en grasas y las calorías contenidas en 100 gramos de la especie.

Proteínas (g/100g)	Grasas (g/100g)	Energía (Kcal/100g)
19.35	4.23	117.33





# Breca



## DENOMINACIONES

Nombre popular castellano: **Breca**

Nombre científico: *Pagellus erythrinus*

Denominación comercial admitida en España (Res. 04/03/09 SGM): Breca

Denominaciones en las Comunidades Autónomas Españolas (Res. 04/03/09 SGM)

Comunidad Autónoma de Andalucía: Breca, Pagel

Comunidad Autónoma de Asturias: Pica

Comunidad Autónoma de Baleares: Pagell

Comunidad Autónoma de Canarias: Bica, Breca

Comunidad Autónoma de Cataluña: Pagell

Comunidad Autónoma de Murcia: Pagel

Comunidad Autónoma de País Vasco: Lamote

Comunidad Autónoma de Valencia: Pagell

## DATOS DE LA ESPECIE

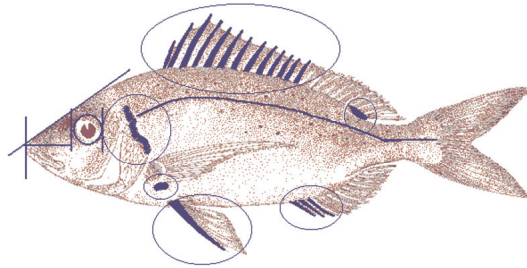
### Descripción

#### Características esenciales

Se trata de un pescado que habita en fondos variados, como arenales, graveras y fondos rocosos, alcanzando hasta 300 m de profundidad, siendo más frecuente entre los 20 y 100 m. Su longitud más común es de 25 cm. Tiene un comportamiento gregario y es una especie carnívora, consumiendo pequeños pescados e invertebrados.

#### Elementos diferenciales

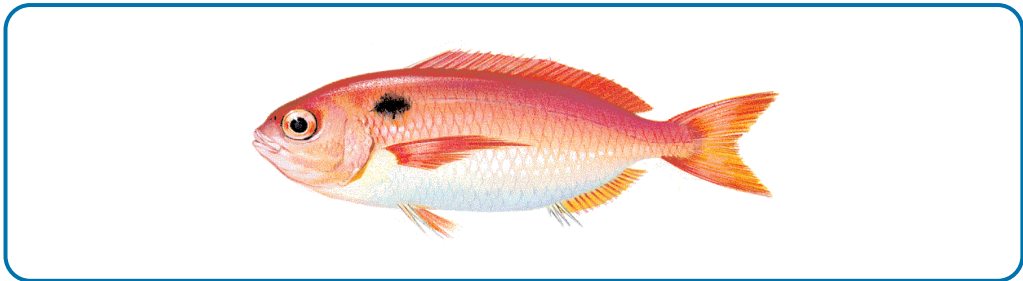
Perfil de la cabeza rectilíneo, diámetro ocular bastante más pequeño que el largo del morro. La aleta dorsal tiene 12 espinas y la anal 3. Color rosa bastante vivo, marcado por pequeños puntos azules en la parte superior de los costados. Cabeza más oscura, sobre todo entre los ojos y sobre el perfil del morro. Borde posterior de la oreja de rojo carmín. Una mancha rojiza sobre la base de los pectorales. A veces una pequeña mancha roja oscura en la base de los últimos rayos de la dorsal.



**Dibujo diferencial**

### **Confusiones, errores, fraudes y especies próximas**

Puede confundirse con el besugo (*Pagellus bogaraveo*), incluido en este Manual y con el aligote (*Pagellus acarne*), si bien los elementos diferenciales son suficientemente claros.



**Besugo**

### **Pesos y medidas**

Tallas mínimas; Canarias: 22 cm, Mediterráneo: 15 cm.



**Fotografía individual de la especie**



Fotografías parciales de la especie

## Lugares y artes de pesca

Es un pescado cosmopolita que se pesca tanto en las costas atlánticas como en las mediterráneas españolas. La pesca se produce con flotas semi-industriales y artesanales, sin olvidar la deportiva, mediante arrastre, trasmallo, nasas y líneas de mano.

## Comercialización

Especie apreciada, aunque menos que otros espáridos. Sin embargo es uno de los más comercializados. Se suele desembarcar y comercializar en fresca, rara vez congelada. No se destina a transformación.

## Valores culinarios y gastronómicos

Es un pescado próximo al besugo, salvando las distancias. Su carne es algo más seca que este último, por lo que es aconsejable prepararlo con verduras y salsa, regadas de buen aceite, lo que indudablemente mejora su atractivo.

## Valores nutricionales básicos

Se recogen de forma tabulada el contenido proteico, el contenido en grasas y las calorías contenidas en 100 gramos de la especie.

Proteínas (g/100g)	Grasas (g/100g)	Energía (Kcal/100g)
17.10	1.30	81.50

