

Abadejo



DENOMINACIONES

Nombre popular castellano: **Abadejo**

Nombre científico: *Pollachius pollachius*

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

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

Comunidad Autónoma de Asturias: Ferrete

Comunidad Autónoma de Cantabria: Barriao, Barrionda

Comunidad Autónoma de Galicia: Abadexo

Comunidad Autónoma de País Vasco: Abadira

DATOS DE LA ESPECIE

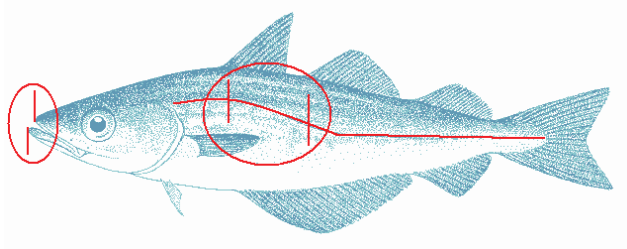
Descripción

Características esenciales

Se trata de un hermoso, poderoso y vivaz animal, de la familia del bacalao que alcanza un tamaño entre 60 y 80 cm. De él llaman la atención sus bellos colores verdes y azules metálicos, especialmente cuando está muy fresco. Lo encontramos desde la línea de costa hasta los 200 m de profundidad generalmente sobre sustratos de roca. Los ejemplares de mayor tamaño suelen vivir a mayor profundidad que los más jóvenes.

Elementos diferenciales

La mandíbula inferior sobresale de la superior. No tiene barbillas en el mentón. La línea lateral, negra, se curva hacia el dorso a la altura de las aletas ventrales.



Dibujo diferencial

Confusiones, errores, fraudes y especies próximas

Se confunde fácilmente con el carbonero (*Pollachius virens*), aunque éste tiene una barbilla pequeña, que lo diferencia.



Carbonero

Pesos y medidas

Talla mínima: Cantábrico y noroeste y Golfo de Cádiz: 30 cm.



Fotografía individual de la especie



Fotografías parciales de la especie

Lugares y artes de pesca

Se pesca habitualmente en el Atlántico Noreste, mediante redes de arrastre pelágicas y de fondo.

Comercialización

Se comercializa fresco o congelado. Para alargar la conservación de la carne conviene eviscerarlo nada más pescarlo. Se desembarca principalmente fresco y eviscerado. También congelado eviscerado o cocido y envasado.

Valores culinarios y gastronómicos

Tiene una estructura carnosa, muy delicada, algo oscura, firme y de sabor muy agradable. Hay que tener mucho cuidado de no pasarse con la temperatura y el tiempo de cocinado al prepararlo de cualquier manera, ya que la carne se torna seca fácilmente. Por ello es también aconsejable trocearlo en piezas gruesas, mejor 1 trozo de 100 g, que 2 de 50 g. La protección con enharinados, rebozados y empanados es asimismo un buen consejo a seguir. La razón es que tiene escaso contenido en gelatina, lo contrario del bacalao. El mejor consejo que se puede dar es terminar de cocinar las guarniciones, salsas y otros elementos para que cuando estén listas dedicarles unos minutos a su preparación final antes de llevarlo a la mesa. Los aficionados a comer bien prefieren la cabeza con su cogote correspondiente.

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)
17.40	0.65	74.00

Acedía



DENOMINACIONES

Nombre popular castellano: **Acedía**

Nombre científico: *Dicologlossa cuneata*

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

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

Comunidad Autónoma de Cantabria: Acadía, Sollo

Comunidad Autónoma de Cataluña: Llenguadina cuneada

Comunidad Autónoma de País Vasco: Azedía

DATOS DE LA ESPECIE

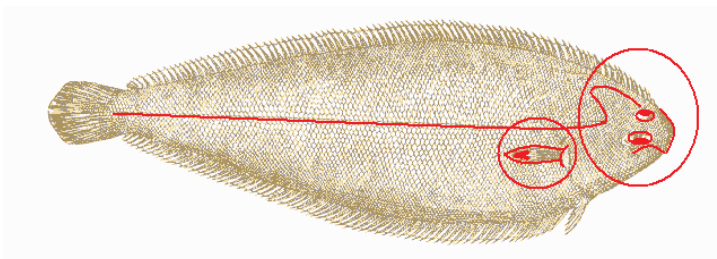
Descripción

Características esenciales

Es un pequeño pescado plano, con los ojos situados a la derecha del cuerpo. Es muy apreciado en los mercados, tiene un apreciado cartel a pesar de su tamaño, que no suele superar los 16-21 cm, ideal para los aficionados al "pescaíto frito". Suele encontrarse en fondos arenosos y fangosos hasta los 150 m de profundidad, siendo su hábitat óptimo el próximo a las desembocaduras de grandes ríos. Se alimenta de pequeños animales que encuentra en su entorno, como camarones, quisquillas, gusanos de mar, moluscos, etc.

Elementos diferenciales

Ojos sobre el lado derecho. El superior muy cerca del borde. Morro muy redondeado. Boca muy arqueada. Cara superior marrón chocolate a marrón gris. Cara inferior (ciega) de color blanco. Aleta pectoral cara superior con una mancha negra alargada.



Dibujo diferencial

Confusiones, errores, fraudes y especies próximas

Son varias las posibilidades de error y de hecho se producen frecuentemente, si bien los elementos diferenciales son inequívocos para identificarla correctamente. Pescados como el tambor (*Buglossidium luteum*), la golleta (*Microchirus variegatus*) y otros pequeños lenguaditos suelen venderse con descaro por acedía, siendo todos ellos de inferior calidad.

Pesos y medidas

Talla mínima: Cantábrico y noroeste y Golfo de Cádiz: 15 cm.



Fotografía individual de la especie



Fotografías parciales de la especie

Lugares y artes de pesca

Se pesca en lugares muy cercanos a la costa, incluso desde tierra, con elementos artesanales. La pesca semi-industrial apenas se emplea en su extracción ya que se trata de un recurso pesquero escaso.

Comercialización

Es una especie de interés comercial, especialmente en las costas del sur de la Península Ibérica. En el Golfo de Cádiz es muy apreciada donde se puede comercializar entera, fresca o congelada.

Valores culinarios y gastronómicos

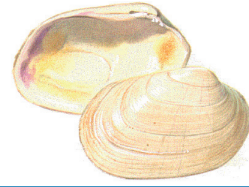
De igual o superior calidad a la del lenguado, su pequeño tamaño dificulta su presentación en la mesa. Es el clásico pescado para “comer con los dedos”. De carne muy blanca, con cierto sabor “a fango” en ocasiones, es un auténtico manjar bien tostada por fuera y jugosa por dentro. Toda una delicia.

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)
20.80	0.40	87.00

Almeja Fina



DENOMINACIONES

Nombre popular castellano: **Almeja fina**

Nombre científico: *Ruditapes decussatus*

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

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

Comunidad Autónoma de Baleares: Copinya, Escopinya llista

Comunidad Autónoma de Cantabria: Amayuela

Comunidad Autónoma de Cataluña: Cloïssa

Comunidad Autónoma de Galicia: Ameixa fina

Comunidad Autónoma de Murcia: Almeja

DATOS DE LA ESPECIE

Descripción

Características esenciales

Es la almeja más apreciada y demandada con un tamaño de 40-50 mm, que habita en todas las costas españolas en fondos de arena, fango y gravas de lugares no muy alejados de la costa, a una profundidad máxima de 30 m, pudiendo también encontrarse en lagunas y estuarios. Suele enterrarse para protegerse aunque asoman ligeramente las dos valvas para ir filtrando mediante los sifones grandes cantidades de agua y tomando el fitoplancton y las partículas detríticas presentes en la misma. Tiene hábitos gregarios y sedentarios, aunque puede desplazarse reptando.

Elementos diferenciales

Concha ovalada alargada, casi cuadrangular. Superficie externa con costillas, formando radios apretados concéntricos. Color exterior blanquecino a marrón claro, con motivos amarillo-blanco a marrón en el interior. Los dos sifones que saca de la concha no están unidos, sino libres uno de otro.



Dibujo diferencial

Confusiones, errores, fraudes y especies próximas

Las confusiones y fraudes pueden ser varios, aunque nada más sea por el alto precio que tiene, si bien es fácil identificarla. Existe otra almeja, casi idéntica, de reciente presencia en España, procedente de Japón (*Ruditapes philippinarum*), cuyos dos sifones están unidos, no libres como en la almeja fina. Consultar los elementos diferenciales.



Almeja del Japón

Pesos y medidas

Talla mínima: Cantábrico y Noroeste, Golfo de Cádiz y Canarias: 4 cm.



Fotografía individual de la especie



Fotografías parciales de la especie

Lugares y artes de pesca

Se pesca a lo largo de todas las costas españolas, con mayor o menor rendimiento, mediante flotas semi-industriales de arrastre de fondo. También puede recolectarse a pie, ya que se acerca hasta la misma orilla.

Comercialización

Se encuentra en los mercados durante todo el año, aunque hay un pico máximo entre los meses de marzo y mayo. Es un marisco de excelente sabor muy fino, lo que lo hace muy apreciado para el consumo humano. Se desembarca, y suele venderse, fresca y entera.

La producción y comercialización de moluscos bivalvos debe cumplir la normativa comunitaria relativa a las medidas de higiene y criterios microbiológicos de los productos alimenticios.

Valores culinarios y gastronómicos

Es un excelente marisco, de sabor muy fino, que se aconseja como mejor opción comerlo crudo, vivo, sin descuidar otras preparaciones ya consagradas en la cocina española (salsa verde y otras). Da unos excelentes arroces y sopas marineras.

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)
11.75	1.10	64.67

Almeja rubia



DENOMINACIONES

Nombre popular castellano: **Almeja rubia**

Nombre científico: *Venerupis rhomboides*

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

Almeja rubia o Almeja roja

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

Comunidad Autónoma de Andalucía: Almeja chocha, chocha

Comunidad Autónoma de Galicia: Ameixa rubia

Comunidad Autónoma de Murcia: Chocha

DATOS DE LA ESPECIE

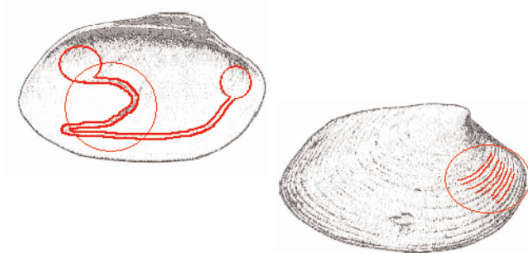
Descripción

Características esenciales

Es una fuerte y bien blindada almeja, que habita en todas las costas españolas, en fondos de arena de la zona intermareal a una profundidad máxima de 200 m. Suele encontrarse enterrada y tiene hábitos sedentarios y gregarios, aunque puede moverse reptando. Se alimenta a través de sus sifones de las partículas alimenticias suspendidas en el agua, para lo que se asoma ligeramente las dos valvas por encima del nivel del suelo.

Elementos diferenciales

Superficie externa con bandas concéntricas delimitando y costillitas aplastadas. Bordes internos lisos. Color amarillo pálido, marrón rosado o crema rosa, a veces con manchas marrón-rojizas a rosa-violeta, interior blanco, a veces teñido de rosa o naranja.



Dibujo diferencial

Confusiones, errores, fraudes y especies próximas

Las confusiones y fraudes pueden producirse, si bien es fácil identificarlas. La distinción por los colores de las conchas no suele llevar a buenas identificaciones, por lo que se aconseja consultar otros elementos diferenciales.

Pesos y medidas

Talla mínima: Mediterráneo: 2.5 cm.



Fotografía individual de la especie



Fotografías parciales de la especie

Lugares y artes de pesca

Se pesca a lo largo de todas las costas españolas, con mayor o menor rendimiento, mediante flotas semi-industriales de arrastre de fondo. También puede recolectarse a pie, ya que se acerca hasta la misma orilla.

Comercialización

Especie muy apreciada comercialmente por la calidad de su carne. Se desembarca fresca y entera. Se puede encontrar en los mercados fresca, marinada o congelada.

La producción y comercialización de moluscos bivalvos debe cumplir la normativa comunitaria relativa a las medidas de higiene y criterios microbiológicos de los productos alimenticios.

Valores culinarios y gastronómicos

Es un buen molusco, de consistencia muy acusada, lo que permite prepararla en sopas, guisos y guarniciones. Da unos excelentes arroces.

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)
11.75	1.10	64.67

Anguila



DENOMINACIONES

Nombre popular castellano: **Anguila**

Nombre científico: *Anguilla anguilla*

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

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

Comunidad Autónoma de Andalucía: Anguila, Angula

Comunidad Autónoma de Asturias: Angula

Comunidad Autónoma de Galicia: Anguía

Comunidad Autónoma de País Vasco: Anguila, Angula

DATOS DE LA ESPECIE

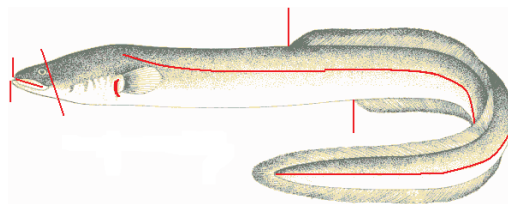
Descripción

Características esenciales

Es uno de los pescados más sorprendentes de nuestros mercados. Es una especie catádroma que realiza grandes migraciones. Nace en el Caribe y viene a vivir a los ríos de Europa, mayoritariamente a España. Llega a nuestros ríos en forma de "anguila" cuando alcanza la edad adulta realiza la migración inversa para reproducirse. Tiene una enorme vigorosidad y fuerte instinto migratorio y su longitud más común se encuentra entre 40-60 cm en las hembras y 30-40 en los machos. Su alimentación varía según la etapa de vida en la que se encuentre. Por su escasez, alcanza notables precios, especialmente en forma de angula, aunque prácticamente no se consume de esta forma.

Elementos diferenciales

Cuerpo alargado y tubular, que al final queda un poco comprimido lateralmente. Boca rasgada hasta el ojo. Mandíbula inferior pasa ligeramente a la superior. Ojos redondos y pequeños. Abertura branquial pequeña, delante de la base de la aleta pectoral. Aleta dorsal, caudal y anal en una sola. Comienzo de la aleta dorsal delante del nivel del ano. Aletas pectorales bien desarrolladas. Línea lateral bien visible.



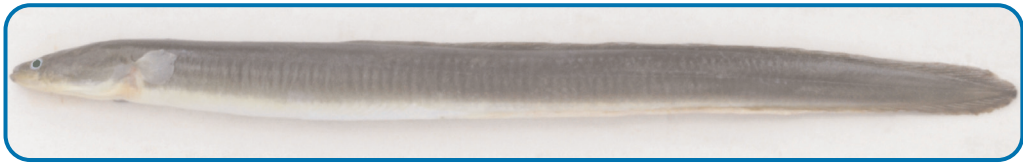
Dibujo diferencial

Confusiones, errores, fraudes y especies próximas

Es muy difícil confundirla, por su forma, color y sobre todo por carecer de espinas, salvo la central, cosa que la distingue claramente del congrio, único posible error de identificación, fácilmente posible cuando la anguila retorna a su origen, al cambiar su color original verde oscuro en el lomo y amarillento en el vientre, a gris oscuro y blanco como el congrio, pero la maraña de espinas que tiene el congrio en la mitad posterior de su cuerpo los distinguen definitivamente. Hay que añadir que la aleta dorsal de la anguila nace a la altura de la mitad del cuerpo y en el congrio después de la aleta pectoral.



Congrio



Fotografía individual de la especie



Fotografías parciales de la especie

Lugares y artes de pesca

Los lugares de pesca de la anguila son los estuarios de algunos ríos del norte que se mantienen en cierto buen estado medioambiental, tales como el Miño, el Ulla y en menor cuantía algunos otros de Asturias, Cantabria y el País Vasco. Las pesquerías de esta fase larvaria de la anguila son prácticamente ya testimoniales. La forma de pescarlas es muy variada. Se emplean artes y trampas de siglos de antigüedad, siendo una pesca muy artesanal.

La pesca deportiva de la anguila está muy extendida en la España interior y la pieza constituye un buen trofeo. Hace falta mucha paciencia, pulso y cuidado para cobrarla.

Comercialización

Las *anguilas* son muy codiciadas en el mercado y alcanzan elevados precios. Actualmente la mayoría del consumo procede del cultivo. La anguila tiene una carne blanca, dura y sabrosa, que es muy apreciada en los mercados. Es uno de los pescados con más contenido en grasa. Se consume fresca, ahumada o seca. Su comercialización se realiza, en muchos casos, en vivo debido a que resiste mucho tiempo la ausencia de agua. En ocasiones es cultivada a partir de la anguila. Se desembarca viva, fresca y entera.

Valores culinarios y gastronómicos

Son múltiples, ya que es uno de los pescados con más contenido en grasa, infiltrada en el músculo, que se conocen. Ello facilita buenos fritos y guisos de los que hay un buen abanico de recetas en muchas regiones españolas. Caso aparte lo constituye la cocina de la anguila, mucho más limitada que la del animal adulto, que se circunscribe a prepararlas "salteadas al ajillo", en revueltos y ensaladas.

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)
14.50	14.84	235.00

