

Consejos Prácticos Cepesca

¿La cuesta de enero te está afectando? Te dejamos aquí cómo adquirir pescado de calidad a un buen precio.

Lo mejor de todo es comprar los pescados de temporada, así nos evitaremos pagar precios altos y además lo comeremos en su mejor momento.

La sardina, el jurel y el atún son pescados de precios muy asequibles que además resultan exquisitos y muy buenos para la salud.

¿No te sabes las temporadas? No te preocupes, te las dejamos aquí.

PESCADOS DEL MAR												
	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AG	SEP	OCT	NOV	DIC
ATÚN			✓	✓	✓	✓						
BACALADILLA			✓	✓	✓	✓						
BACALAO	✓	✓	✓	✓	✓							✓
BESUGO	✓	✓	✓									✓
BONITO						✓	✓	✓	✓	✓		
BOQUERÓN				✓	✓	✓						
CABALLA		✓	✓	✓	✓							
CABRACHO			✓	✓	✓	✓	✓	✓				
CONGRIO			✓	✓	✓				✓	✓	✓	✓
GALLO			✓	✓								
FLETÁN	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
JUREL				✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		
LENGUADO			✓	✓								
MERLUZA				✓	✓	✓	✓					
MERO	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
PALOMETA	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
PEZ ESPADA				✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
RAYA			✓	✓	✓	✓						
SALMONETE										✓	✓	✓
SARDINA					✓	✓	✓	✓	✓	✓		
TIBURÓN		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

MARISCOS												
	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AG	SEP	OCT	NOV	DIC
GAMBA					✓		✓	✓	✓	✓	✓	
GAMBA ROJA										✓	✓	✓
BOGAVANTE					✓	✓	✓	✓				
LANGOSTA	✓	✓					✓	✓				
LANGOSTINO				✓	✓	✓	✓					
BUEY DE MAR							✓	✓	✓	✓		
PERCEBE			✓			✓			✓			✓
CAMARÓN	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
CIGALA	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓
CENTOLLO				✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		
NÉCORA					✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
BERBERECHO	✓	✓	✓	✓						✓	✓	✓
VIERA	✓	✓	✓								✓	✓
OSTRA	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
ALMEJA				✓			✓	✓	✓	✓		✓
MEJILLÓN	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
PULPO	✓								✓	✓		
SEPIA				✓	✓							
CALAMAR							✓	✓	✓			

Cepesca es la organización empresarial de ámbito nacional más representativa de la Unión Europea y agrupa a 38 asociaciones de armadores de buques de pesca tanto de bajura como de altura, con 800 empresas pesqueras, 882 buques, cerca de 10.000 tripulantes y un tonelaje de arqueo de 225.227 GTs. Entre sus objetivos, la Confederación persigue mejorar la competitividad de las empresas pesqueras, apostar por la formación de las tripulaciones y el relevo generacional, promover el desarrollo de una pesca responsable y sostenible y luchar contra la pesca ilegal. Para conocer más, visita www.cepesca.es