

SABORES DEL ATLÁNTICO

SIERRA/ BONITO DEL ATLÁNTICO/ CORRIGÜELA

Sarda sarda



GRASO

VALORES NUTRICIONALES

Kcal/100g.....	164
Grasas.....	4,7 %
Proteínas.....	24,7 %
Omega3.....	0,44 %

ÍNDICE PSQ

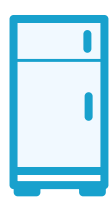
(PROXIMIDAD - SOSTENIBILIDAD - CALIDAD)

92

CÓMO SE COMERCIALIZA



Fresco



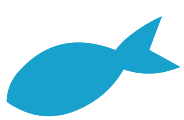
Refrigerado

PRECIO ESTIMADO



<5€/Kg

TRANSFORMACIÓN



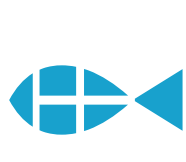
Entero



Filetes



Rodajas



Troceado

CÓMO SE CONSUME



Guisado



Frito



Plancha



Fresco



Empanado



Escabeche



Adobado

SUGERENCIA DE RECETAS

 **Tataki** de **sierra** con marinado y adobo tradicional canario y cremoso de batata amarilla.

LOCALIZACIÓN



ESTACIONALIDAD

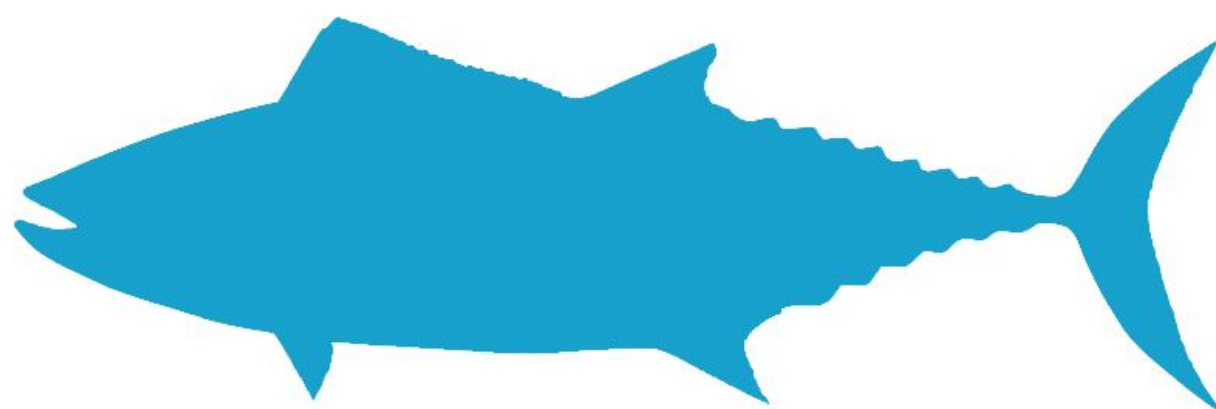


ARTE DE PESCA



Anzuelo

TALLA MÍNIMA PESCA



0

40Cm



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



Plan de Recuperación,
Transformación
y Resiliencia



Gobierno
de Canarias
islas iguales



HECANSA
HOTELES ESCUELA DE CANARIAS