

## Hábitat y comportamiento

Es una especie que vive en la columna de agua en zonas costeras, en general formando bancos con numerosos individuos que se mueven lentamente. Su distribución geográfica no se conoce con certeza debido a la confusión con *Sphyaena sphyraena*.

De tamaño máximo de 130 cm y más de 8 kg, puede llegar a alcanzar los 8 años de edad. Su dieta se compone de cefalópodos, crustáceos y peces.

## Arte de pesca artesanal

**Redes de enmalle (trasmallo de fondo), palangres y anzuelos, moruna.**

El palangre es un aparejo formado por un cabo o línea madre paralelo al fondo del que penden ramales o brazoladas más finas acabadas en un anzuelo que se ceba para atraer a los peces y que varía de tamaño según la especie. Se fija por medio de pedrales y, con ayuda de las plomadas, permite alcanzar mayor o menor profundidad.

## Conocimiento ecológico local

En los estudios de seguimiento científico de áreas marinas protegidas, la barracuda es considerada un buen indicador del efecto reserva (generar vida marina más allá de sus fronteras).

Gracias a la información facilitada por los pescadores artesanales de áreas marinas protegidas, se puede reconstruir (al menos parcialmente) la abundancia y diversidad de numerosas especies pesqueras como meros, corvas y sargos.



*Pescados con arte*  
Pescu responsable en tu cocina

Agosto



# Espetón,

*barracuda*

*Sphyaena viridensis*



# Pescados con arte

Pescu responsable en tu cocina

## Es sostenible

De cuerpo delgado y fusiforme, tiene una boca con dos filas de dientes largos. En la mitad superior del cuerpo tiene numerosas bandas oscuras verticales que se extienden por debajo de la línea lateral.

De escaso valor comercial, tiene un gran interés gastronómico, siendo muy apreciada su carne por los pescadores artesanales.

**Atiende a su talla mínima: no está regulada.**  
**Temporada óptima de consumo: de julio a octubre.**

## Responsable en el mercado...

Es más aconsejable consumir el pescado que ha sido capturado lo más cerca posible de donde compramos. Ahora es un buen momento para especies olvidadas como las arañas.

## Sabías que...

la pesca fantasma es aquella que captura organismos marinos en artes de pesca abandonados o perdidos, que se quedan enredados en corales o rocas. Las redes o nasas pueden continuar pescando así durante años.



## La receta



del chef **Marinella Ghezzi**



## Espetón in salsa del pescatore

Restaurante "Il Capriccio"  
Av. Pedro López Meca, 36  
30877 Bolnuevo. Mazarrón, Murcia

### Ingredientes: (para 4 personas)

- 2 dientes de ajo picado
- 60 gr de aceite de oliva suave
- 2 cebollas rojas
- 25 gr de anchoas
- 25 gr de alcarraras
- aceitunas negras en rodajas
- 200 gr de tomates Cherry partidos en 4
- 4 lomos de espetón

### Para la preparación de la polenta:

- 1 litro de agua
- ½ cucharada de sal fina
- 250 gr de harina de maíz
- 30 gr de mantequilla
- 50 gr de queso parmesano

### Preparación:

1. Limpiamos el espetón y lo lavamos, quitamos la piel y extraemos los lomos. Reservamos.
2. En una sartén, sofreímos el ajo y la cebolla. Cuando el aceite esté caliente, ponemos las anchoas y las vamos machacando con un tenedor hasta que se deshagan. Añadimos las aceitunas negras, las alcarraras y los tomates Cherry. Rectificamos de sal y lo dejamos cocinar a fuego medio 15 minutos. Si se queda seco, añadimos un poco de agua.
3. Mientras se cocina la salsa, preparamos la polenta:
  - a. En una olla pequeña, echamos agua con sal y la harina de maíz.
  - b. Ponemos la olla a fuego medio y

movemos sin parar hasta que se absorba toda el agua.

c. Retiramos del fuego, añadimos mantequilla y queso parmesano rallado y mezclamos bien.

d. Volcamos la masa en un papel de horno y extendemos con el rodillo. Cuando tengamos un grosor de 2 centímetros aproximadamente, hacemos una circunferencia con un vaso.

e. Ponemos en una bandeja y metemos en el horno precalentado a 180 durante 20 minutos.

4. Una vez que la salsa esté lista, añadimos los lomos de espetón y los dejamos cocinar a fuego lento 2 minutos.

### Final y Presentación:

1. En un plato, colocamos la circunferencia de polenta.
2. Sobre la polenta, colocamos un lomo de espetón enroscado.
3. En el centro del plato echamos la salsa.
4. Opcionalmente, podemos añadir algunas especias y decorar el plato.
5. Repetiremos esta operación para cada una de las cuatro raciones, terminando así el montaje de los cuatro platos.

Con el asesoramiento gastronómico de **Alberto Hernando Magadán**