

Hábitat y comportamiento

Es una especie que vive en fondos arenosos con poca pendiente y aguas someras, en profundidades de hasta 150 m, normalmente entre los 10 y 20 metros, y sobre praderas de fanerógamas marinas. Es una especie muy abundante en el Mediterráneo (excepto en el Mar Negro), que puede llegar a vivir unos 12 años y que tiene una característica particular: cambia de sexo con la edad, siendo primero macho y después hembra, lo que se conoce como "hermafrodita protándrico o secuencial".

Es capaz de soportar grandes cambios de salinidad. Durante la época de reproducción, es costumbre ver grandes bancos de intenso color plata alimentándose de gusanos, pequeños crustáceos y moluscos como las almejas.

Arte de pesca artesanal

Artes de enmalle, palangre de fondo y líneas de mano.

Los trasmallos son redes que se calan en el fondo, formados por tres paños de red, montados de manera simétrica para que coincidan sus mallas. Las capturas atraviesan una malla clara llamada albitana y tropiezan con un paño central más tupido, quedando embolsados por la tercera malla.

Se calan de prima y la calada se repite varias veces en la noche según las capturas que se van obteniendo.

Conocimiento ecológico local

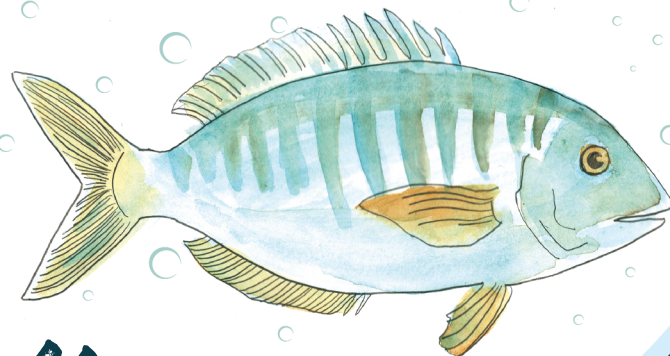
Lo importante de la pesca artesanal es elegir en cada momento el arte más apropiado. Aunque en general se basan en las mismas técnicas, hay muchas pequeñas modificaciones locales fruto del conocimiento y del ingenio de los pescadores.



Pescados con arte

Pesca responsable en tu cocina

Junio



*Magre
herrera*

Lithognathus mormyrus



Pescados con arte

Pescu responsable en tu cocina

Es sostenible

De color gris plateado y con el morro algo puntiagudo. Posee 12-13 rayas estrechas transversales y oscuras pero no tiene ninguna mancha en el pedúnculo.

Es una especie poco apreciada pero que cuando supera los 20 cm posee una carne fina y excelente. Son más utilizados como complementos en la elaboración de asados o los calderos tradicionales (cabezas, colas y espinas para hacer los caldos).

Temporada: todo el año

Atiende a su talla mínima: 20 cm

Responsable en el mercado...

Súmate al desafío de consumir más pescado artesanal y de proximidad aprovechando especies de temporada como brecas, bogas o lisas.

Cada kilo de pescado desembarcado por artesanales tiene baja emisión de CO2, bajo impacto ambiental y alto valor económico y social.



La receta

del chef **Martín Pérez Laríos**



Magre marinado en lima sobre gelee de tomate y ensalada thai

Restaurante Undersun
Centro Comercial Las Sabinas, sn
La Manga Club. 30389 - Cartagena. Murcia

Ingredientes: (para 4 personas)

- | | | |
|------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------|
| - 2 magres de 500 gr. cada uno | - 1,5 kg de limas | - pescado |
| - 1 kg de tomate maduro | - 1 guindilla fresca o chile fresco | - 2 gr de pimentón picante |
| - 200 ml de aceite de oliva virgen | - Brotes tiernos de lechugas mixtas | - ½ kg de cebolla tierna |
| - 2 dientes de ajo | - 200 ml de caldo de | - 4 hojas de gelatina |
| | | - Sal |
| | | - Pimienta blanca molida |

Preparación:

- Desescamar y limpiar los magres de vísceras. A continuación sacarles los lomos, desespinarlos y quitarles la piel. Cortar en daditos de 30 gr.
- Hacer zumo con las limas y reservarlo.
- Lavar los tomates y limpiar los dientes de ajo. Triturarlos con el aceite de oliva, y pasar por el chino. Calentar, pero sin hervir.
- Hidratar la gelatina y añadir a la crema de tomate.
- La crema, una vez tibia, la emulsionaremos y la colocamos en un recipiente que le dé una altura de dos centímetros, y se enfría en la cámara. Una vez frío y sólido se hacen lingotes de unos 10 cm de largo por 4 de ancho.
- Para el aliño thai, se pica muy menuda la cebolla y el chili se corta en aritos. En un bol se colocan unos 100 ml de zumo de lima junto a 200 ml de caldo de pescado frío. Añadir el pimentón, la ralladura de lima y sazonar.
- Marinar durante 3 minutos el magre en zumo de lima y escurrir.

Final y Presentación:

- Colocar el lingote de tomate y sobre él los daditos de magre marinados.
- Encima de los daditos de magre se colocan los brotes de lechuga.
- Terminamos aliñando con el caldo thai.

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