Gobierno de Tierra del Fuego,
Antártida e Islas del Atlántico Sur
REPUBLICA ARGENTINA
MINISTERIO DE PRODUCCIÓN Y AMBIENTE

USHUAIA, **02 de diciembre de 2022**

VISTO el expediente MPA-E-79924-2022 del registro de esta Gobernación; y

CONSIDERANDO:

Que mediante el mismo se tramita la contratación directa por compulsa abreviada, referente a la adquisición de insumos de librería para capacitación denominada "Primer Capacitación para Pescadores Artesanales Rederos Zona Norte", a realizarse el día 14 de diciembre del corriente año por la Secretaría de Pesca dependiente del Ministerio de Producción y Ambiente, según detalle de Nota de Pedido Autorizada N° 95/2022 – RAF 560.

Que en orden 4 obra Nota 662/22 mediante la cual, la Sra. Directora Provincial de Coordinación Territorial Zona Centro solicita al Sr. Secretario de Coordinación General, autorización para iniciar el trámite de adquisición de insumos.

Que en orden 4 obra la autorización mediante firma del Sr. Secretario de Coordinación General.

Que en orden 15 obra el Volante de Imputación Preventiva N° 218/22 y en orden 11 Nota de Pedido Nº 95/2022 Autorizada.

Que corresponde imputar el gasto de la presente a la Unidad de Gestión de Gasto N° 8077UG – RAF 560, del ejercicio económico y financiero en vigencia.

Que la presente contratación se encuadra legalmente dentro de lo establecido en las Leyes Provinciales Nº 1015 Artículo 18º inciso l), N° 1399, los Decretos Provinciales N° 674/11, N° 2840/21 y N° 05/22 – Anexo I y las Resoluciones de O.P.C. Nº 17/21 – Anexo I, Capítulo I, Punto a) y N° 58/21.

Que el suscripto se encuentra facultado para el dictado del presente acto administrativo, en virtud de lo establecido mediante la Ley Provincial Nº 1301 artículo 16 y el Decreto Provincial N° 981/20.

Por ello:

EL SUBSECRETARIO ADMINISTRATIVO LEGAL
R E S U E L V E:

ARTÍCULO 1°.- Autorizar el llamado a cotizar para la Contratación Directa N° 75/2022, referente a la adquisición de insumos de librería para capacitación denominada "Primer Capacitación para Pescadores Artesanales Rederos Zona Norte", a realizarse el día 14 de diciembre del corriente año por la Secretaría de Pesca dependiente del Ministerio de Producción y Ambiente, en los términos establecidos en el inciso l) del artículo 18 de la Ley Provincial N° 1015, por los motivos expuestos en el exordio.

ARTÍCULO 2°.- Aprobar el Formulario de Cotización y Modelos de impresión adjuntos a la presente.

ARTÍCULO 3°.- Imputar el gasto que demande el cumplimiento de la presente a la U.G.G. N° 8077UG U.G.C. UC8077, Clasificación 20000 y 30000, correspondiente al ejercicio económico y financiero en vigencia.

ARTÍCULO 4°.- Comunicar, dar al Boletín Oficial de la Provincia y archivar.

RESOLUCIÓN Ss.A.L. N° 306/2022.-

Gobierno de Tierra del Fuego, Antártida e Islas del Atlántico Sur

Secretaría Administrativa Legal
Provincia de Tierra del Fuego, Antártida
e Islas del Atlántico Sur - República Argentina

Cm0058

Solicitud de Cotización

Compra Directa Nro. 00075/2022
Pieza Administrativa E Nro. 79924- E - 2022- 1950 - 0/ **Fecha: 02/12/22**
RAF 560 FE LEY 211 SECRETARIA DE DESARROLLO PRODUCTIVO Y PYME **Apertura: 5/12/2022 13:00**

Encuadre Legal: LEY PCIAL 1015 ART. 18 l)
Nombre o Razón Social del Proponente: .....
Domicilio: .....
C.U.I.T: .....**Teléfono:** .....
Correo electrónico: .....

Notas de Pedidos Relacionadas: 2022/560 95 -

Reng.	Descripción	Cantidad	Precio Unit.	Importe
1	**Servicio de impresion. Pesos**			
>>	IMPRESIONES LASER COLOR A3 - PAPEL CON ALTO GRAMAJE TIPO 300grs (SEGÚN MODELO I ADJUNTO)	200.00	.....	.....
2	**Tripticos A4 Full color c/papel ilustracion ss15gr. unidad**			
>>	500 TRÍPTICO LASER COLOR TAMAÑO A4 PEJERREY (SEGÚN MODELO II ADJUNTO) 500 TRÍPTICO LASER COLOR TAMAÑO A4 PULPO (SEGÚN MODELO III ADJUNTO) 500 TRÍPTICO LASER COLOR TAMAÑO A4 RÓBALO (SEGÚN MODELO IV ADJUNTO)	1500.00	.....	.....
3	**LAMINA/PLANCHA DE PLASTIFICADO FRIO. unidad**			
>>	LAMINADO POR METRO LINEAL ANCHO 635 MM	20.00	.....	.....

Memo (Nro: 3) - FORMULARIO DE COTIZACIÓN CONTRATACION DIRECTA

LA OFERTA DEBERÁ PRESENTARSE EN ORIGINAL (PRESENCIAL O VIA CORREO ELECTRONICO). SU PRESENTACIÓN Y EL HECHO DE COTIZAR Y FIRMAR EL PRESENTE FORMULARIO, IMPLICA EL PLENO CONOCIMIENTO Y ACEPTACIÓN DE TODOS Y CADA UNO DE LOS REQUERIMIENTOS DE LA PRESENTE CONTRATACIÓN, COMO ASÍ TAMBIÉN DE LAS OBLIGACIONES EMERGENTES DE LA ADJUDICACIÓN.

TODAS LAS HOJAS QUE CONFORMEN LA OFERTA DEBERÁN ESTAR FIRMADAS Y ACLARADAS POR EL OFERENT O POR EL REPRESENTANTE LEGAL DEL MISMO. ASIMISMO, LA OFERTA DEBERÁ ESTAR ACOMPAÑADA DEL CERTIFICADO PROTDF VIGENTE.

SE INDICA QUE LA OFERTA DEBERÁ COMPLETARSE UTIILIZANDO DOS DECIMALES EN LAS COLUMNAS DE CANTIDAD Y PRECIO, EN TODOS LOS RENGLONES QUE LA COMPONEN.

ADEMÁS, LA COTIZACIÓN DEBERÁ REALIZARSE SIN CONSIDERAR EL I.V.A., SEGÚN LEY NUMERO 19.640

DE SER NECESARIO, LOS REQUERIMIENTOS, PLAZOS DE CUMPLIMIENTO, Y OTRAS CONDICIONES Y ACLARACIONES ADICIONALES RELACIONADAS CON LA PRESENTE CONTRATACIÓN, SE DETALLARAN EN UN ANEXO ADJUNTO EN CASO DE CORRESPONDER.

Gobierno de Tierra del Fuego, Antártida e Islas del Atlántico Sur

Secretaría Administrativa Legal
Provincia de Tierra del Fuego, Antártida
e Islas del Atlántico Sur - República Argentina

Cm0058

Solicitud de Cotización

Compra Directa Nro. 00075/2022
Pieza Administrativa E Nro. 79924- E - 2022- 1950 - 0/ **Fecha: 02/12/22**
RAF 560 FE LEY 211 SECRETARIA DE DESARROLLO PRODUCTIVO Y PYME **Apertura: 5/12/2022 13:00**

Encuadre Legal: LEY PCIAL 1015 ART. 18 l)
Nombre o Razón Social del Proponente: .....
Domicilio: .....
C.U.I.T: .....**Teléfono:** .....
Correo electrónico: .....

Notas de Pedidos Relacionadas: 2022/560 95 -

Reng.	Descripción	Cantidad	Precio Unit.	Importe

TOTAL :$ .....

Son Pesos: .....

.....
Firma y Sello Responsable

Los precios deberán expresarse en pesos hasta dos decimales ($_ _ _ _._ _)

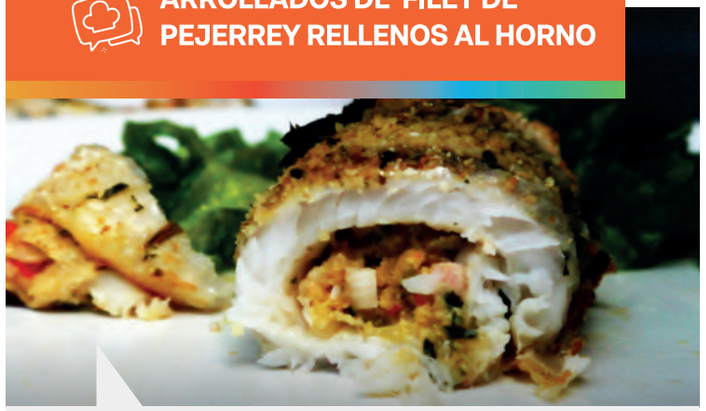
Forma de Pago	Según lo establecido en el Decreto Provincial 674/11 ART 34 PUNTO 96
Plazo de Entrega:	SIETE DIAS
Mantenimiento de Oferta:	Según lo establecido en el Decreto Provincial 674/11 ART 34 PUNTO 47
Lugar de Entrega:	KAYEN N° 682 - RÍO GRANDE
Recepción de Sobres Cerrados hasta:	05/12/2022 - 13:00 HS
Domicilio de presentación de ofertas:	M.P.A. Fitz Roy N° 164 - Planta Baja o a los correos admunoz@tierradelfuego.gob.ar - compras.mpya@gmail.com
Domicilio de apertura de ofertas:	Ministerio de Producción y Ambiente - Fitz Roy N° 164 Planta Baja
Vigencia del Contrato:	
Garantía de Oferta:	NO
Requiere Muestra:	No
Flete a Cargo	

MODELO I

somos Gobierno de Tierra del Fuego

somos Gobierno de Tierra del Fuego

ARROLLADOS DE FILET DE PEJERREY RELLENOS AL HORNO





Ingredientes Relleno

- 1 kilo de filet de Pejerrey
- 1 Ramito de Perejil (picado) • 1 Diente ajo (picado)
- 1 Sal y pimienta (a gusto) • 1 Palta (pisada a puré)
- 1 Berenjena (picada, sin cascara)
- 200 Gramos de Panceta (picada)
- 250 Gramos de queso semiduro (picado grueso)
- 1 Limón

Ensalada: (Guarnición)

- 1 Cebolla (Picada) • 1 Morrón rojo (Picado)
- 1 Tomate (Triturado) • 2 Huevos duros (Picados)
- 1 Atado Rúcala

Preparación

Rehogar en aceite de oliva, el ajo, el perejil, la berenjena y la panceta, unos minutos. Reservar. Una vez frio, incorporar, el queso y la palta, mezclar todo formando una pasta. Salpimentar al gusto. Tomar cada uno de los filet de Pejerrey y rellenar desde unos de sus extremos; colocar una porción de la pasta y enrollar, atar o colocar un palillo para evitar que se desarme. Volver a salpimentar al gusto. En una placa, en mantecada, colocar los arrollados, rociar con limón y llevar al horno bien caliente, cocinar 15 a 20 minutos dependiendo el tamaño de los filet. Retirar y acompañar con la ensalada.

CONTACTO

Kayen y Prefectura
Río Grande

2964 - 603838

pescaseccionalrg@gmail.com

Gobierno de **Tierra del Fuego Antártida e Islas del Atlántico Sur**

Ministerio de **Producción y Ambiente**

Secretaría de **Pesca y Acuicultura**

MODELO II



Gobierno de **Tierra del Fuego Antártida e Islas del Atlántico Sur**

PEJERREY

El Pejerrey es un producto marino de nuestras costas, extraído por pescadores artesanales.

somos Gobierno de Tierra del Fuego



HISTORIA DEL PEJERREY

¿POR QUÉ SE LLAMA PEJERREY?

Como señalaran Lahille (1929) y Muñoz Goyanas (1988) el origen de la denominación popular del género Atherina deriva del vocablo medieval "peje-rrey" constituido por dos palabras peje-reí o pejerrey (Pez de Reyes), llamado también Flecha Plateada!

CARACTERÍSTICAS

Es un pez veloz, cuerpo fusiforme, ligeramente comprimido, presenta un color plateado con dos bandas más oscuras longitudinales, marcada curva ventral, cabeza fuerte, ósea en la parte superior, boca protráctil; dos aletas en el dorso (una primera pequeña con radios flexibles, la segunda más larga y radio flexible), aletas ventrales sin sierras ni espinas. Coloración plateada e iridaciones algo azulinas y franja brillante en el flanco. La cola tiene forma de horquilla. Vive sobre todo en cardúmenes, fortaleciendo así su entorno.

CRECIMIENTO

De crecimiento rápido, es uno de los de mayor tamaño en etapa adulta; algunos ejemplares han alcanzado los 60 cm. de largo y 20 cm de grosor, y 3 kg de peso, sin embargo, el tamaño medio es más pequeño, 40 cm a 800 gramos. Su alta tasa de reproducción y la calidad de su carne lo posicionan como una especie importante para cultivos intensivos y extensivos.

Crece a razón de unos tres centímetros cada 12 meses hasta los 23 años, aunque se han encontrado ejemplares de 25 años de vida y más de 31 kilos.

ALIMENTACIÓN

Su alimentación es variada, siendo pequeño, se alimenta de insectos y plantón, a medida que va creciendo lo hace de peces más pequeños, también come algas, plantas marinas y caracoles.

REPRODUCCIÓN

Se reproduce dos veces al año, entre septiembre y octubre y Marzo y Abril. Los ejemplares ya son sexualmente maduros al año de edad, y libera a esa edad 2000 huevos. Estos tienen filamentos adhesivos que están unidos a la vegetación acuática. Cada hembra pone decenas de miles de huevos (unos 40 000 ejemplares por cada kilogramo de peso).

ADAPTABILIDAD:

Se adapta exitosamente a embalses, tanques y lagunas. Prefiere sistemas lenticos templados con rangos de temperatura mínima entre 7 y 9 °C y máximos de 23 a 27 °C. Igualmente se adapta perfectamente al habitad oceánico tanto norte como sur.

El pejerrey tolera una amplia gama de salinidades y calidad del agua lo que explica la amplitud y variedad de su área de distribución actual, que va desde sus ambientes de origen, como son los espejos de aguas en las lagunas y algunos ríos en la Argentina, hasta los ríos y lagos de montaña en Bolivia y Perú y zonas francamente subtropicales tales como el sur de Brasil, extendiéndose de desde este último y por el océano atlántico hasta el canal de Beagle en Tierra del Fuego.

TIPO DE CARNE



TIPO DE CARNE

Carne blanca, de excelente sabor, delicada, contiene omega 3, baja en grasa y apta para todo tipo de preparación, tanto en filet como entero.

PEQUEÑO PERO CON GRANDES BENEFICIOS

Las proteínas, vitaminas y minerales son esenciales para que nuestro sistema inmunológico funcione de manera óptima y nos proteja de diversas enfermedades ocasionadas por las bacterias, virus y hongos.

Es por ello que se recomienda el consumo de la carne de pejerrey, es un alimento rico en estas propiedades. Esta especie marina es sinónimo de salud, nuestro organismo la necesita para que funcione apropiadamente. Entre los principales beneficios del pescado pejerrey destacamos que posee omega-3, el cual ayuda a fortalecer las defensas naturales de nuestro cuerpo.

Gracias a su composición nutricional, también es una buena opción para las personas que deseen bajar de peso por su baja proporción de grasa.

MODELO III

CARACTERÍSTICAS VARIAS

Son animales de actividad nocturna, durante el día se ocultan en escondites. Los pulpos son animales bentónicos (de fondo), que se desplazan con gran facilidad por el agua.

- Posee un cerebro central que está conectado con un sistema de ganglios ubicados en cada uno de los ocho brazos.
- Un pulpo hembra puede poner hasta 100.000 huevos: así es como eclosionan.
- En el pulpo macho uno de dichos tentáculos es el órgano sexual masculino; que introduce en la cloaca de la hembra para fecundar los huevos. La hembra del pulpo pone miles de huevos en su cueva y permanece junto a ellos hasta que eclosiona.

CUANTO TARDAN EN ECLOSIONAR LOS HUEVOS

En algunos casos, las más cercanas a la superficie del mar, tardan solo cuatro meses en eclosionar sus huevos. Sin embargo, las que se encuentran en las profundidades llegan a tardar 53 meses, o lo que es lo mismo, cuatro años.

Luego de que un pulpo hembra pone sus huevos, deja de comer y comienza a automutilarse arrancándose la piel. También se muerde la punta de los tentáculos. Por esta razón, cuando un pulpo joven sale del huevo, su madre ya está muerta. También su padre está destinado a morir.

PARA SABER

Entre los meses de diciembre y febrero, las hembras anidan bajo las rocas, en cuevas o grietas, donde resguardan los huevos y a ellas mismas. Este periodo de anidamiento es la clave para su sostenibilidad, aun muriendo la madre por inanición una vez eclosionado los huevos, quedan sus crías y el recurso sigue su marcada línea biológica.

PARA QUE TODOS ESTEMOS INFORMADOS

Si bien la extracción de Pulpo no está regulada en nuestra Provincia, falta mucho para llegar a eso, de igual manera sabemos de su extracción para consumo propio y de los problemas que causa no solo la extracción de madres durante la anidación y la concurrente mortalidad de huevos, los cuales quedan pegados a los estratos (rocas) indefensos, produciéndose inevitablemente su mortalidad.

NUESTRO OBJETIVO

Es la Información y la Sostenibilidad Biológica, de su población para ofrecer luego la normativa adecuada y aprovechar al máximo las oportunidad y demandas sociales sobre este recurso, evitando la extracción no controlada.

CONTACTO

Kayen y Prefectura
Río Grande

2964 - 603838

pescaseccionalrg@gmail.com

Gobierno de Tierra del Fuego Antártida e Islas del Atlántico Sur | Ministerio de Producción y Ambiente | Secretaría de Pesca y Acuicultura



Gobierno de Tierra del Fuego Antártida e Islas del Atlántico Sur

PULPO ROJO PATAGÓNICO

ESTADO DE SU ACUICULTURA

Esta especie tiene un alto contenido de proteína y un bajo porcentaje de grasa. También posee una tasa de crecimiento rápida y es fácil de engordar cuando se alimenta con cangrejo o también pasta de cangrejo, en condiciones de cultivo y obviamente donde se encuentra regulada su cría y producción, siendo así una especie ideal para cultivar, igualmente sabemos que se extrae de manera informal en nuestras costas como una actividad artesanal más y de utilización netamente alimenticio y familiar.

somos Gobierno de Tierra del Fuego

EXPANSIÓN GEOGRÁFICA Y HABITAD

En Argentina, el Pulpo colorado se encuentra distribuido en el sur del Océano Atlántico, desde el *Golfo San Matías, hasta el Canal de Beagle, Islas Malvinas y Banco de Burwood*.

Vive sobre fondos rocosos desde el intermareal hasta 140 m de profundidad. Utilizan cuevas como refugio y para depositar los huevos.

¿COMO SE ALIMENTA?

Es carnívoro, consume principalmente cangrejos y bivalvos que son paralizados antes de la ingestión. Este Pulpo Rojo Patagónico, es un pulpo de tamaño medio, y es la especie tipo para el género Enteroctopus.

En general es un depredador oportunista, come cangrejos, peces teleósteos, algunos moluscos ej. almejas, mejillones, caracoles de mar entre otras presas especies; mientras que, en el caso de los pulpos más jóvenes, prefieren comer jaiba mora, huevos de cangrejo, camarón chasqueador, Bogavante, o langostino de los canales.

Es carnívoro, consume principalmente cangrejos y bivalvos que son paralizados antes de la ingestión. Este Pulpo Rojo Patagónico, es un pulpo de tamaño medio, y es la especie tipo para el género Enteroctopus.

En general es un depredador oportunista, come cangrejos, peces teleósteos, algunos moluscos, mientras que, los pulpos más jóvenes, prefieren comer jaiba mora, huevos de cangrejo, camarón chasqueador, Bogavante, o langostino de los canales.

FUERA DEL AGUA:

Estas criaturas marinas pueden sobrevivir durante un tiempo limitado, entre 20 y 30 minutos fuera del agua si su piel se encuentra muy húmeda. No es raro verlos en ocasiones fuera del agua, lo raro es que lo hayan hecho en grupo ya que son animales solitarios, y que además no parezcan tener ningún objetivo aparente.

Su carne es sin dudas muy sabrosa y como dijimos de alto valor nutritivo, pero para comenzar a cuidar este Producto, lo primero es la información total de esta especie marina tan interesante desde todo punto de vista, que habita en nuestras costas y evitar su extracción informal, fomentando conciencia.

Por este motivo y encontrándonos en ese proceso, también es importante que la sociedad sepa y se informe para mantener este ecosistema biológico natural. Entre todos debemos cuidar el recurso que en algún momento aprovecharemos de la manera adecuada, con la trazabilidad necesaria, la cual nos habilitara para el fortalecimiento de toda la cadena productiva, detectando y corrigiendo errores para darle mejor manejo desde el punto de vista sostenible y alimenticio llegado el momento.



DEPREDADORES:

Al igual que el resto de pulpos, El Pulpo Rojo Patagónico, es una presa selecta para muchos depredadores más grandes que él, incluido el hombre, asimismo el Lobo marino que habita en nuestras costas.

Su rango de distribución vertical en la columna de agua puede ser desde 0 m de profundidad (p. ej. juvenil en intermareal rocoso) hasta los 220 m de profundidad. Hay casos de individuos vistos en trampas de cangrejo profundas.

Muchos animales son entusiastas devoradores de pulpos, como las anguilas, los delfines, las galeras, los cormoranes, multitud de peces e incluso otros pulpos. Como no tienen huesos, los depredadores se los pueden tragar enteros en muchos casos.



EVITAR SER CAZADO

¡Una increíble estrategia de defensa! Cuando los pulpos perciben la amenaza de un depredador, expulsan un chorro de tinta oscura que se transforma en una nube con la que confunden a su perseguidor. No pueden ver al pulpo y pierden la capacidad de olerlo. Ahí es cuando aprovecha una de sus habilidades más sorprendentes, el llamado vuelo, ya que puede utilizar la propulsión a chorro para moverse rápidamente a través del agua.

ALERTA



Si alguien recorriendo las costas, ve esta realidad de anidamiento, lo mejor que puede hacer es dejar tranquila a la madre y no causar ningún evento que pudiera dañas a sus crías.

Cuidemos al Pulpo Rojo Patagónico, si lo hacemos estaremos dando un paso importante hacia un manejo biológico controlado de un recurso altamente interesante y nuestro.

MODELO IV

ROBALO EN ESCABECHE



Ingredientes

- 1 Kilo de Robalo
- 2 Zanahoria grande
- 1 Cebolla grande
- 1 Pimiento rojo mediano
- 250 cm^3 de Aceite
- 250 cm^3 de Agua
- 300 cc de Vinagre de manzana
- 1 Pimentón una cucharada
- 2 Hojas de laurel
- 1 Pimienta una pizca
- 1 Sal una pizca

Preparación

Limpiar el Robalo, sacar solamente filetes gruesos libres de espinas. Cortar en juliana los pimientos, las cebollas y las zanahorias. Luego, saltear estas verduras cortadas a gusto en una sartén con un poco de aceite caliente. Una vez que los vegetales empiecen a estar tiernos, agrega los líquidos, es decir, el aceite, el agua y el vinagre, y dejar que se cocine todo durante aproximadamente unos 15 minutos. Añadir sal y pimienta a gusto, así como la hoja de laurel para que el escabeche tenga más sabor. Cuando los vegetales ya estén listos, incorporar los filetes de robalo, cortados en trozos, dejar que se cocinen unos minutos, vigilando en todo momento porque se hacen muy rápido. Luego, apartar la sartén del fuego y añade el pimentón. Es importante añadirlo fuera del fuego porque se quema fácilmente y deja un sabor amargo.

CONTACTO

Kayen y Prefectura
Río Grande

2964 - 603838

pescaseccionalrg@gmail.com

Gobierno de **Tierra del Fuego Antártida e Islas del Atlántico Sur**

Ministerio de **Producción y Ambiente**

Secretaría de **Pesca y Acuicultura**



Gobierno de **Tierra del Fuego Antártida e Islas del Atlántico Sur**

ROBALO

El Robalo es un producto marino de nuestras costas extraído por pescadores artesanales.

somos Gobierno de Tierra del Fuego



¿QUÉ TIPO DE PEZ ES EL RÓBALO?

La Lubina, también y más conocida como Róbalo, es un pez blanco de agua salada, pertenece al grupo de los peces denominados semigrasos, esto significa que son aquellos que contienen entre un 3-5 % de grasa. Al igual que otros peces , el Róbalo destaca por su alto contenido en ácidos grasos omega 3, que ayudan a mejorar la función y la salud del corazón, venas y arterias, a la vez reducen el colesterol (LDL) aumentando el (HDL), previniendo enfermedades cardiovasculares.

ASPECTO MORFOLÓGICO

El Robalo es un pez muy bonito, elegante y muy agradable a la vista. Su forma alargada y sus escamas plateadas intensas contrastan con su línea sensorial altamente visible en sus lados de color negro, que incluso se distinguen en aguas turbias. La mandíbula inferior del robalo es más larga que la superior.

REPRODUCCIÓN

Los Robalos son peces hermafroditas Protándricos, desovan de abril a septiembre en ambientes costeros y marinos, estuarios y lagunas costeras con salinidad de 28 a 35 x 1000. Las larvas y crías migran hacia estuarios y ríos donde se desarrollan como juveniles y adultos.

ALIMENTACIÓN

Se trata de una especie carnívora y muy voraz, que se alimenta de invertebrados, peces y crustáceos. Suele cazar por las noches. En ocasiones también se alimenta de algas y hasta puede en caso de no tener alimento practicar el canibalismo con su misma especie.

¿CUÁNTO CRECE UN RÓBALO POR AÑO?

Presentan una tasa alta de crecimiento de 0.8-1.0 kg/año o hasta 5 kg en 20 meses de cultivo. Alcanzan grandes tallas. Este hermoso pez posee un reporte de aproximadamente 27 kg para un ejemplar de más de 1 m de longitud total, el registro de peso más alto entre los Robalos documentados.

¿CÓMO ES LA CARNE DEL PEZ ROBALO?

El Robalo es un pez de carne blanca, hojaldrada y delicada, de sabor suave y jugoso, textura suave, bajo en grasa. Queda muy bien al horno, a la parrilla, a las brasas o al sartén. La clave de hacerlo al horno es no excederse en la cocción para que no quede seco.

¿CÓMO ES EL SABOR DEL ROBALO?

Por su carne firme de sabor delicado, casi ausente de huesos pequeños y que mantiene su forma después de la cocción, el robalo se ha convertido en un ingrediente obligado en las cartas de los restaurantes de comida confortable. El róbalo es uno de los peces con carne más magra, aporta 1.3 gramos de grasa por 100 gramos de carne. A esto, se une su elevado contenido en proteínas de alto valor biológico frente a la mayoría de pescados. Por ello, se considera un alimento muy nutritivo que, si se cocina de manera sencilla, puede formar parte habitual de la alimentación de una familia. Además, su carne aporta gran cantidad de potasio, fósforo y hierro, comparado con el resto de pescados frescos y presenta un costo accesible, ya sea entero o fileteado. Unido a este, el valor nutritivo de la quínoa es tan grande (vitaminas, minerales y aminoácidos) que juntos crean un alimento delicioso y beneficioso para la salud.

ROBALO CON QUÍNOA



Ingredientes:

- 4 filetes de róbalo de 300 g c/u
- 1 ½ tazas de quínoa
- 2 tazas de caldo de pollo
- 2 cucharadas de mantequilla
- 4 cucharadas de aceite de oliva extra virgen
- 3 dientes de ajo picado
- 1 cucharada de perejil picado
- 1 cucharada de jugo de limón
- Sal y pimienta al gusto
- 250 g de tomates cherry
- Hojas de espinacas a gusto

Preparación: Lavar previamente la quínoa con agua. Cocinarla junto con el caldo de pollo hasta el primer hervor; después colarla y añadir la mantequilla para darle sabor. Aderezar los files de robalo con sal, pimienta y dos cucharadas de aceite de oliva, después sellarlo en el sartén y retirarlo. En ese mismo aceite, agregar los ajos, los tomates y la espinaca, cocinar un par de minutos, incorporar el perejil picado, el jugo de limón y salpimentar.