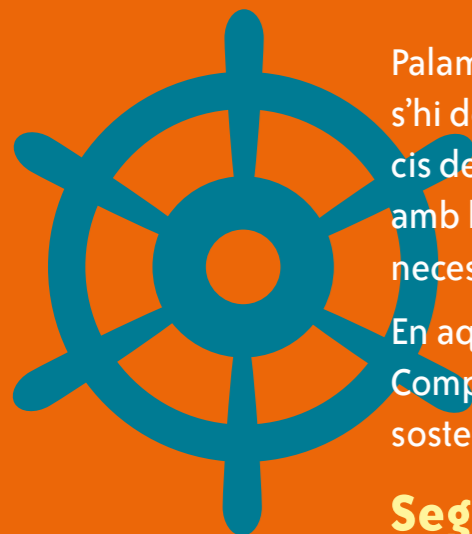


# La pesca



Palamós és un referent del peix fresc a Catalunya. Cada dia s'hi desembarca una diversitat de peixos, mol·luscs i crustacis de gran valor. Els pescadors són conscients que treballen amb la responsabilitat de preservar el medi marí com a pas necessari per a garantir el futur de l'activitat pesquera.

En aquest objectiu el teu paper com a consumidor és bàsic. Comprar peix de Palamós és una opció que contribueix a la sostenibilitat de la pesca i a la salut del mar.

**Segueix aquests consells per gaudir al màxim del peix fresc de Palamós.**

**LA FLOTA PESQUERA DE PALAMÓS  
ÉS INNOVADORA EN MESURES SOSTENIBLES  
PER CONSERVAR I PROTEGIR EL MEDI MARÍ.**



## Guia per a la compra del peix fresc

**Museu de la Pesca**  
Moll pesquer, s/n  
17230 Palamós  
Tel. 972 600 424  
infomuseu@palamos.cat  
www.museudelapesca.org  
www.espaidelpeix.org



DISSENY: © LUPAGRAFICS - FOTOGRAFIA: © JORDI GELI - GI 1919-2019



## Guia per a la compra del peix fresc



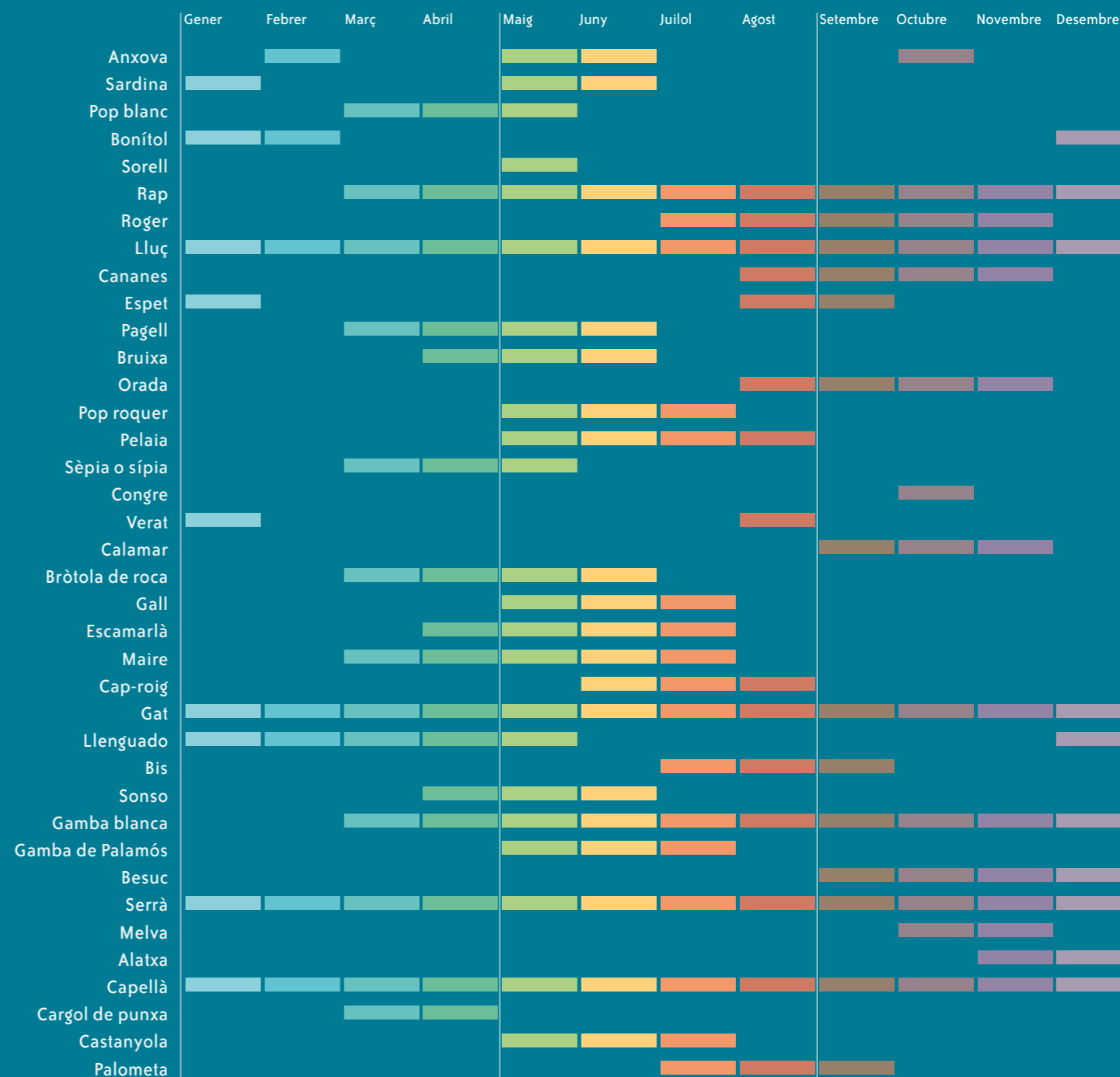
Palamós peix

# Les espècies

Sabies que cada una de les 110 espècies que se subhasten a la llotja de Palamós té la seva temporada?

**Aprofita aquesta diversitat. En trobaràs tot l'any!**

Referent al volum de captures, aquest és el calendari temporal de les espècies de Palamós més capturades.



**ALERTA!** El mar és canviant i la captura d'espècies pot variar al llarg dels anys.

**DESCOBREIX LES RECEPTES DE LA CUINA MARINERA A**  
[www.espaidelpeix.org](http://www.espaidelpeix.org)



# La peixateria

## A la peixateria trobaràs el millor aliat.

Deixa't aconsellar pel peixater o peixateria de confiança. T'informarà sobre el producte que més et convingui, te'l netejarà i prepararà perquè a la cuina en gaudeixis al màxim.

La peixateria dona confiança i seguretat.

Tots els establiments han de complir una normativa estricta de frescor, manipulació i higiene.

**A PALAMÓS TROBARÀS PEIXATERIES ESPECIALITZADES AL MERCAT DE LA LLOTJA, AL MERCAT MUNICIPAL I EN DIVERSOS ESTABLIMENTS ARREU DEL MUNICIPI.**

# Els consells de conservació del peix

Consumeix-lo el més fresc possible. Quan arribis a casa posa'l al frigorífic amb un recipient tapat amb doble fons o filtre.

Si has de tardar més de dos dies a consumir-lo des que ha estat capturat, neteja'l i congela'l ben estès en una safata, col·loca'l en capes fines, tapat i identificat amb la data de congelació. Segons el producte el podràs mantenir congelat més o menys temps.

Descongela'l un dia abans de cuinar-lo en el frigorífic.

**Recorda que els productes descongelats no es poden tornar a congelar!**



**EL MÉS IMPORTANT ÉS NO TRENCAR LA CADENA DEL FRED.**

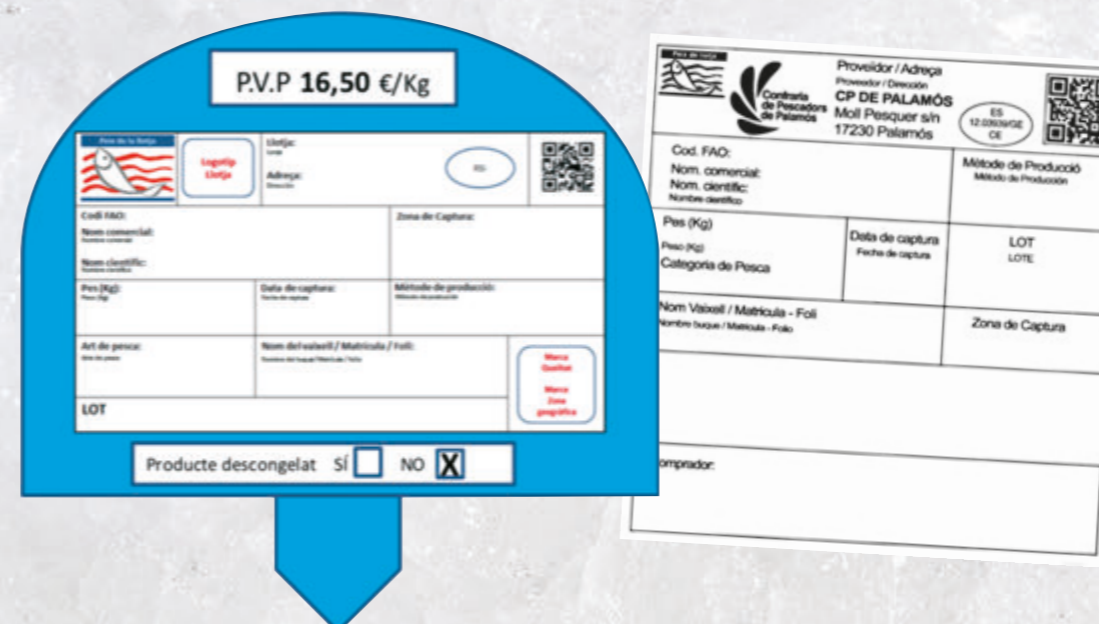
# Els indicadors

## Què cal saber per comprar un producte de qualitat?

- ✓ Guia't pels sentits ✓ Que sigui fresc
- ✓ Ulls brillants, nets i humits ✓ Ganyes de color vermell brillant
- ✓ Olor de mar ✓ Carn ferma i elàstica ✓ Pell lluent i tacte suau
- ✓ Si té escata, que estigui fermament adherida al cos
- ✓ Que estigui ben etiquetat ✓ Nom comercial / Nom científic
- ✓ Mètode de producció ✓ Pes (kg) / Data de captura
- ✓ Nom del vaixell / Matrícula – Foli ✓ Zona de captura



**LES ETIQUETES T'INFORMEN DE L'ORIGEN DEL PRODUCTE I DE LA SEVA TRAÇABILITAT, EL CAMÍ DEL PEIX DEL MAR AL PLAT.**



**Hi ha unes talles mínimes autoritzades de peix i marisc que s'han de complir.**

**+ INFO SOBRE TALLES MÍNIMES**

