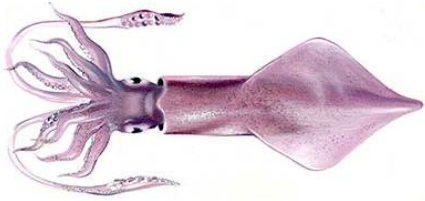


## CALAMAR (*Loligo vulgaris*)



Constituye uno de los cefalópodos más conocidos y populares de todas nuestras costas, siendo España uno de los países de mayor consumo en el mundo. Vive habitualmente en medias aguas, a profundidades comprendidas entre los 20 y 500 m.

### COMERCIALIZACIÓN

Es una de las especies de cefalópodos más importantes del mercado español. Se comercializa fresco, entero y limpio o congelado entero. Es muy frecuente encontrarlo también troceado en forma de anillas.

### VALORES CULINARIOS Y GASTRONÓMICOS

La cocina del calamar es muy variada, aunque solo sea por su antigüedad. Los calamares de menor tamaño, los chipirones, se presentan frecuentemente en su propia tinta (País Vasco) o encebollados (Galicia). Los de mayor tamaño, pueden cortarse en anillas dando excelentes frituras, o prepararlos con rellenos variados.

alimentación.es  
Saber más para comer mejor