

## ABADEJO (*Pollachius pollachius*)



Se trata de un hermoso, poderoso y vivaz animal, de la familia del bacalao que alcanza un tamaño entre 60 y 80 cm. De él llaman la atención sus bellos colores verdes y azules metálicos, especialmente cuando está muy fresco. Lo encontramos desde la línea de costa hasta los 200 m de profundidad generalmente sobre sustratos de roca.

### COMERCIALIZACIÓN

Se comercializa fresco o congelado. Para alargar la conservación de la carne conviene eviscerarlo nada más pescarlo.

### VALORES CULINARIOS Y GASTRONÓMICOS

Tiene una estructura carnosa, muy delicada, algo oscura, firme y de sabor muy agradable. Hay que tener mucho cuidado de no pasarse con la temperatura y el tiempo de cocinado al prepararlo, ya que la carne se torna seca fácilmente. Por ello es también aconsejable trocearlo en piezas gruesas, mejor 1 trozo de 100 g, que 2 de 50 g. La protección con enharinados, rebozados y empanados es asimismo un buen consejo a seguir. La razón es que tiene escaso contenido en gelatina, lo contrario del bacalao. El mejor consejo que se puede dar es terminar de cocinar las guarniciones, salsas y otros elementos para que cuando estén listas dedicarle unos minutos a su preparación final antes de llevarlo a la mesa. Los aficionados a comer bien prefieren la cabeza con su cogote correspondiente.