

BONITO (*Sarda sarda*)



Es un pequeño atún típicamente pelágico, aunque puede encontrarse a profundidades de hasta 200 m. Tiene hábitos gregarios y es un nadador activo que realiza migraciones estacionales muy marcadas acercándose a la costa para reproducirse. Se mueve entre el Atlántico y el Mediterráneo y se alimenta de pequeños pescados azules como sardinas, boquerones y caballas.

COMERCIALIZACIÓN

Carne muy apreciada, muy sabrosa, fácilmente digerible y muy nutritiva. Se comercializa fresco, congelado, en conserva y en semiconserva.

VALORES CULINARIOS Y GASTRONÓMICOS

En fresco es un excelente pescado para preparar cazuelas, planchas, empanadas y escabeches. La carne es un tanto oscura, lo que quizás le quita algo de atractivo.

alimentación.es
Saber más para comer mejor