



A N A M A R<sup>®</sup>  
P R O D U C T O S  
D E L M A R

*Temporadas de consumo  
de pescado y marisco*

[www.mariscosanamar.com](http://www.mariscosanamar.com)

# *Importancia de consumir en temporada*



En Mariscos Anamar somos muy conscientes de que consumir pescado y marisco en su temporada óptima no solo **garantiza la mejor calidad del producto**, sino que también tiene un **impacto positivo en la sostenibilidad del medio marino y en la economía local**.

Los pescados y mariscos tienen ciclos biológicos naturales que influyen en su **sabor, textura y disponibilidad**. Durante sus mejores meses, **su carne es más firme y sabrosa**, ya que han completado su ciclo de crecimiento y están en su punto óptimo de consumo.

Además, en estos períodos la captura es más abundante, lo que se traduce en **precios más accesibles** para los consumidores y menos presión sobre los ecosistemas marinos.

# Beneficios de respetar la estacionalidad



## Mejor sabor y calidad

Los pescados y mariscos capturados en su mejor temporada tienen una textura más firme, una mayor cantidad de grasa saludable y un sabor más pronunciado.

Por ejemplo, el bonito del Cantábrico es más jugoso en verano, mientras que la lubina salvaje es mejor en invierno.



## Precio más económico

Cuando un pescado o marisco está en plena temporada, su abundancia hace que su precio sea más competitivo.

Por el contrario, fuera de temporada, la escasez eleva los costos, ya que las capturas son menores y pueden provenir de criaderos o de importaciones.



## Sostenibilidad y respeto al ecosistema

Apostar por el consumo estacional ayuda a preservar las especies y a evitar la sobreexplotación.

Se permite que los bancos de peces se reproduzcan de manera natural, garantizando la continuidad de los ecosistemas marinos.

# *Importancia de respetar las vedas*



Las vedas son períodos en los que se prohíbe la pesca de determinadas especies para permitir su reproducción y garantizar su supervivencia. Son esenciales para la **regeneración de los recursos marinos** y su cumplimiento **asegura que futuras generaciones puedan seguir disfrutando de estos productos.**

Comprar pescado y marisco fuera de temporada fomenta la pesca ilegal y la sobreexplotación, lo que puede llevar al colapso de ciertas poblaciones marinas. Además, el producto fuera de su época óptima suele ser de menor calidad, ya que puede provenir de criaderos o de importaciones con largos tiempos de transporte.

Desde Mariscos Anamar, aconsejamos **elegir productos en su temporada y respetar las vedas** como una manera de apoyar la **pesca sostenible, proteger los océanos y garantizar que podamos seguir disfrutando de mariscos y pescados de calidad** en el futuro.

# Mejores meses para pescados blancos



## Pescado blanco

	enero	febrero	marzo	abril	mayo	junio	julio	agosto	septiembre	octubre	noviembre	diciembre
Angulas												
Besugo												
Dorada												
Gallo o San Martín												
Lenguado												
Lubina												
Machote o Pargo												
Merluza												
Mero												
Rape												
Rey												
Rodaballo												

# Mejores meses para pescados azules



## Pescado azul

enero febrero marzo abril mayo junio julio agosto septiembre octubre noviembre diciembre

Bocarte



Bonito



Salmón



Salmonete



Sardinas



# Mejores meses para crustáceos



## Crustáceos grandes

	enero	febrero	marzo	abril	mayo	junio	julio	agosto	septiembre	octubre	noviembre	diciembre
Bogavante												
Buey de mar												
Cangrejo Real												
Centollo (Txangurro)												
Cigalas del Cantábrico (grande/especial)												
Langosta												
Nécora												

# Mejores meses para crustáceos



## Crustáceos pequeños

Carabinero

Cigalas (pequeña/mediana)

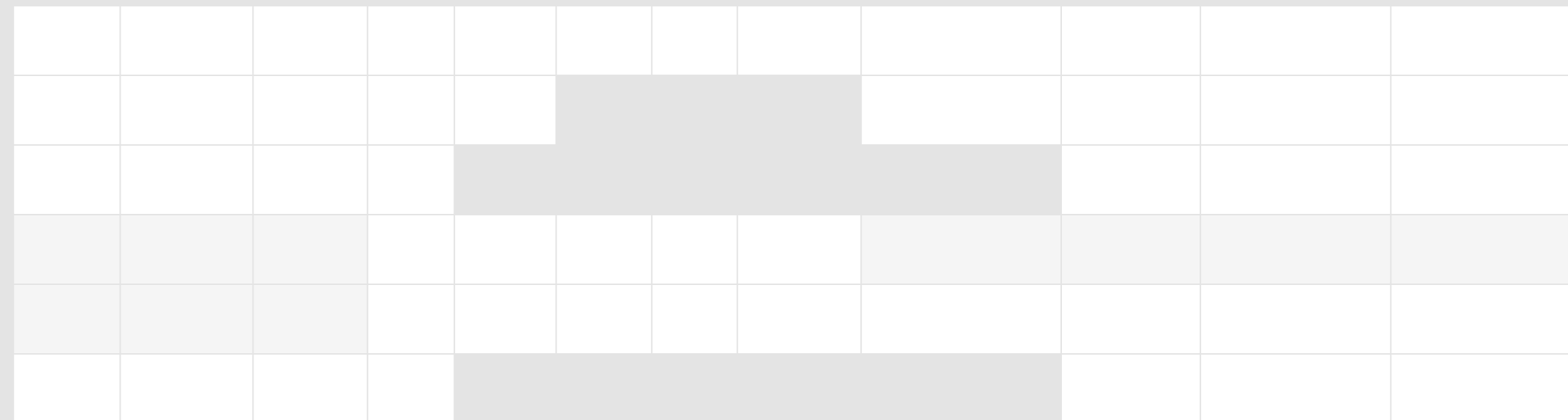
Gamba blanca

Gamba roja

Langostino

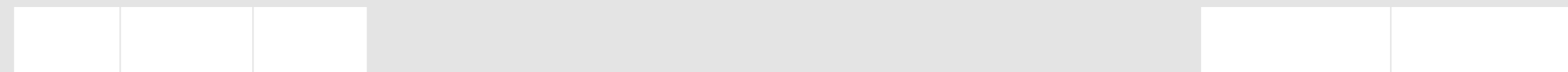
Quisquilla

enero febrero marzo abril mayo junio julio agosto septiembre octubre noviembre diciembre



## Crustáceo cirrípedo

Percebe





# Mejores meses para moluscos



## Molusco bivalvo

Almeja de Carril semicultivo

Almeja fina

Berberecho gordo

Mejillón

Navaja Gallega

Ostras de Arcade extra

Zamburiñas

enero febrero marzo abril mayo junio julio agosto septiembre octubre noviembre diciembre

	enero	febrero	marzo	abril	mayo	junio	julio	agosto	septiembre	octubre	noviembre	diciembre
Almeja de Carril semicultivo												
Almeja fina												
Berberecho gordo												
Mejillón												
Navaja Gallega												
Ostras de Arcade extra												
Zamburiñas												

# Mejores meses para moluscos



## Molusco cefalópodo

Calamar fresco

Maganos

Pata de pulpo gallego cocido

enero febrero marzo abril mayo junio julio agosto septiembre octubre noviembre diciembre

enero	febrero	marzo	abril	mayo	junio	julio	agosto	septiembre	octubre	noviembre	diciembre
■									■	■	■
				■	■	■	■	■			
■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

## Molusco gasterópodo

Bígaro

enero	febrero	marzo	abril	mayo	junio	julio	agosto	septiembre	octubre	noviembre	diciembre
■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

# Disfruta del mejor pescado y marisco



- Haz tu pedido cómodamente en nuestra tienda online.
- Envíos en embalaje especial.
- Transporte en frío para mantener la temperatura adecuada.
- Recibe tu compra directa del mar a tu mesa.
- Si lo prefieres, te lo envasamos al vacío.
- Haz tu pedido hoy y recíbelo en 24h.

[Comprar](#)





[www.mariscosanamar.com](http://www.mariscosanamar.com)