

# SOPARS DE CLOSCA

## PER QUÈ MENJAR PEIX I MARISC?



Conservació de **no més de 2 dies** a la part més freda de la nevera → 2°C  
També es pot congelar



- Aliment molt nutritiu i recomanable per a **totes les edats**.
- **Oferta molt àmplia**.
- **Baix contingut en calories**.
- Contenen tots els **aminoàcids essencials** → desenvolupament, creixement i manteniment corporal.
- Admet **varietat de preparacions** a la cuina
- Les persones que consumeixen molt peix tenen **major esperança de vida**.

# SOPARS DE CLOSCA

## A L'HORA DE COMPRAR, FIXEM-NOS EN:

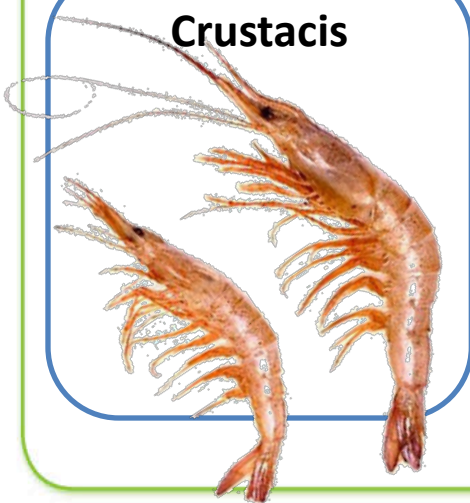
- **Crustacis:** Clozca brillant, carn ferma, olor de mar.
- **Cefalòpodes:** carn densa i ferma, olor de mar, color propi de l'espècie.
- **Resta de mol·luscs:** olor de mar, resistència a obrir la closca, carn consistent, líquid intern transparent.

## TAST:

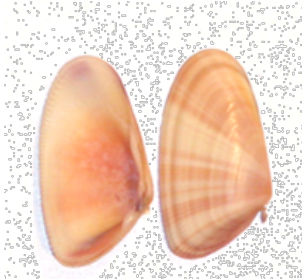
- *Closques amb all i julivert*
- *Escopinyes amanides*
- *Tigres*

## TIPUS DE MARISC:

**Crustacis**



**Mol·luscs bivalves**



**Mol·luscs gasteòpodes**



**Mol·luscs cefalòpodes**

