

ALIMENTOS do MAR



Robalo *Dicentrarchus labrax*

O ROBALO tem um corpo alongado de cor cinzento-prateado com reflexos azuis ou verdes.

É encontrado no Atlântico Nordeste e Mar Mediterrâneo, onde habita junto aos estuários enquanto juvenil, suportando águas de baixa salinidade. Quando adulto, habita águas até aos 100 m de profundidade. Os juvenis formam cardumes em conjunto com outras espécies, enquanto os adultos vivem solitários.

Alimenta-se de crustáceos, peixes e moluscos. Reproduz-se de Janeiro a Abril.

É pescado com arrasto e redes de emalhar.

É a terceira espécie mais produzida por aquicultura em Portugal, depois do pregado e da dourada.

 Tamanho mínimo de captura: 36 cm



Dourada *Sparus aurata*

A DOURADA tem um corpo muito ovalado de cor cinzento-prata e uma mancha dourada entre os olhos, daí a origem do nome "dourada".

É encontrada no Atlântico Nordeste e Mar Mediterrâneo, onde habita a coluna de água em zonas até 150 m de profundidade. Vive solitária ou em pequenos grupos e alimenta-se de moluscos, crustáceos e ouriços-do-mar.

Reproduz-se de Outubro a Dezembro e, apesar de desovar no mar, os juvenis procuram a proteção dos estuários para se desenvolverem.

É pescado com arrasto e redes de emalhar, sendo a segunda espécie mais produzida por aquicultura em Portugal, apenas ultrapassada pelo pregado.

 Tamanho mínimo de captura: 19 cm



Cavala *Scomber colias*

A CAVALA tem um corpo alongado sem escamas e uma coloração clara e prateada no ventre e cor azul esverdeada mais escura no dorso, com linhas escuras irregulares que lhe dão um aspeto de "tigre".

É encontrada no Atlântico Nordeste e Mar Mediterrâneo, onde habita a coluna de água em zonas costeiras até 250 m de profundidade.

Forma grandes cardumes que são fortemente migradores, permanecendo junto ao fundo durante o dia e subindo durante a noite para caçar peixes, moluscos e pequenos crustáceos.

Reproduz-se de Fevereiro a Abril, momento em que a fêmea desova 100.000 a 400.000 óvulos.

É pescado com cerco, arrasto e redes de emalhar.

 Tamanho mínimo de captura: 20 cm



Carapau *Irachurus trachurus*

O CARAPAU tem um corpo alongado, moderadamente comprimido, cinzento com matizes azuis no dorso e prateado no ventre e flancos, com uma linha lateral muito pronunciada.

É encontrado no Atlântico Nordeste, Arquipélago da Madeira e Mar Mediterrâneo, onde habita na coluna de água desde a superfície até ao fundo, em zonas costeiras com 100 a 200 m de profundidade. Forma grandes cardumes que efetuam migrações consideráveis, alimentando-se de pequenos crustáceos, peixes e moluscos.

Reproduz-se de Dezembro a Abril, com um pico em Fevereiro.

É pescado com cerco, arrasto e redes de emalhar.

 Tamanho mínimo de captura: 15 cm



Pescada-branca *Merluccius merluccius*

A PESCADA-BRANCA tem um corpo alongado, uma boca grande, preta, com numerosos dentes e uma mandíbula proeminentemente, sendo o dorso acinzentado, os flancos claros e o ventre branco.

É encontrada no Atlântico Nordeste e Mar Mediterrâneo, onde habita em águas junto ao fundo, entre os 30 e os 1000 m. Forma cardumes que migram para zonas mais profundas no Inverno. Permanece no fundo durante o dia, deslocando-se à noite para a coluna de água para se alimentar de peixes como a anchova, a sardinha e o arenque. Reproduz-se principalmente de Janeiro a Abril.

É pescado com arrasto e redes de emalhar.

 Tamanho mínimo de captura: 27 cm



Polvo-comum *Octopus vulgaris*

O POLVO-COMUM tem um corpo mole tipo saco, oito braços com duas fiadas de ventosas em cada um, e uma cor e textura que varia com o estado do animal e o fundo em que se encontra, devido à capacidade de camuflagem que apresenta.

É encontrado no Atlântico Nordeste e Mar Mediterrâneo, Península Ibérica e nos Arquipélagos da Madeira e dos Açores, onde habita em águas costeiras até aos 200 m de profundidade.

Alimenta-se de crustáceos (especialmente caranguejos), moluscos e peixes. Reproduz-se durante todo o ano, com períodos de maior intensidade na Primavera e no Outono e a fêmea morre após efetuar a postura e cuidar de cerca de 500.000 ovos. Os machos morrem depois do período de cópula.

É pescado com arrasto e com armadilhas de abrigo (alcatruz) e de gaiola (covo).

 Tamanho mínimo de captura: 0,75 kg



Sardinha *Sardina pilchardus*

A SARDINHA tem um corpo alongado coberto de escamas, com uma cor azul-prateada mais escura no dorso do que nos flancos e ventre onde apresenta uma cor mais clara e prateada.

É encontrada no Atlântico Nordeste e Mar Mediterrâneo, onde habita na coluna de água em zonas costeiras de 25 a 100 m de profundidade. Efetua migrações em grandes cardumes que durante o dia se protegem dos predadores em águas mais profundas e à noite sobem para águas mais superficiais para se alimentarem de algas e pequenos crustáceos.

Reproduz-se de Outubro a Abril, altura em que é mais magra, e a fêmea pode desovar 50.000 a 60.000 óvulos.

É pescado com cerco.

 Tamanho mínimo de captura: 11 cm



Atum-albacora *Thunnus albacares*

O ATUM-ALBACORA, como a maioria dos atuns, tem um corpo alongado, o que o torna excelente nadador, fazendo longas migrações a grandes velocidades. Possui linhas escuras quase verticais no ventre e a segunda barbatana dorsal, bem como a barbatana anal são grandes e amarelas.

É encontrado no Atlântico Nordeste e Mar Mediterrâneo, formando cardumes que habitam maioritariamente junto à superfície. Pode, no entanto, fazer mergulhos de curta duração até profundidades superiores a 500 m, à procura de alimento como lulas, crustáceos e uma variedade de peixes. O pico reprodutivo ocorre no Verão.

É pescado com palangre de superfície, salto e vara e com armações.

 Tamanho mínimo de captura: 32 kg



Pargo *Pargus pargus*

O PARGO tem um corpo oval, robusto, rosa prateado com uma linha lateral distinta de escamas até à barbatana caudal.

É encontrado no Atlântico Nordeste, no Arquipélago da Madeira e Mar Mediterrâneo. Os juvenis encontram-se em zonas pouco profundas e abrigadas, migrando para zonas mais profundas ao longo da vida, até aos 300 m.

Alimenta-se de outros peixes, crustáceos e cefalópodes. Reproduz-se na Primavera e início do Verão.

É pescado com redes de emalhar.

 Tamanho mínimo de captura: 20 cm