



SARDINA

► DENOMINACIONES

Nombre científico: *Sardina pilchardus*, de la familia de los clupeidos.

Otras denominaciones comunes

España: Parrocha* (Asturias y Cantabria), sardineta (Levante, Baleares), sardiña, xouba* (Galicia), mariquilla (Andalucía), sardina, parrotxa (País Vasco), etc.

*Parrocha y xouba, términos más utilizados para el pez joven.

Otros idiomas y países:

Sardine, palaille, nonnat (jóvenes), royan (adultos), etc. (francés).

Pilchard, sardine (inglés).

Sardine (alemán).

Sardina (italiano).

Sardinha (portugués).

► ASPECTOS GENERALES

Especie conocida y pescada desde la antigüedad, con una carne de excelente sabor pero delicada que soporta mal el transporte. La industrialización (latas de conserva) mejoró su importancia económica. Un pescado de los más populares con un gran peso específico dentro de la oferta y que, según una encuesta del FROM, declara comprar casi el 75% de los hogares. De costumbres migratorias, se puede encontrar en el mercado todo el año. Litoral y hasta costero, a veces se acerca a la misma orilla, sirve de alimento a muchos depredadores.

Principales áreas de distribución

- **ATLÁNTICO:** de Senegal a Noruega.
- **MEDITERRÁNEO:** frecuente.
- Común y abundante en el sur de la Península Ibérica.
- **ÍNDICO y PACÍFICO** son otras áreas de distribución.

¿Qué tipologías son más apreciadas y por qué?

Normal

- En la zona del Mediterráneo son de unos 10-15 cm. Las de la zona del Cantábrico, Ondarroa, etc., de 10-20 cm. En Galicia se la denomina xouba.
- Apreciada para consumo en fresco, entera o en filetes "mariposa", abierta, eviscerada y sin espinas, que se comercializa a granel o embandejada, formato más utilizado para la modalidad de venta en autoservicios.
- Para asar se prefiere la "gallega" (más gorda) y para uso comercial la mediana o pequeña. También se emplea para conservas.
- Muy utilizada en los "espertos" en Andalucía. Conservación delicada, pasados dos días empieza a deteriorarse.

Parrocha

- 8-10 cm.
- Muy apreciada en Portugal, Asturias y Cantabria.
- Más endeble y delicada que la anterior.

NOTA: Su presentación en congelado tiene poca presencia, puesto que su contenido en grasa dificulta su congelación, pudiendo registrar alteraciones de sabor y textura al invertir el proceso. Mayor destino a la transformación, harinas, etc., o al uso como cebo.



**Calendario de comercialización.**

Variedades más representativas en la Red de Mercas. Porcentaje

	Sardina normal	Sardina parrocha	Sardina filete o "mariposa"
Enero	45	50	5
Febrero	45	50	5
Marzo	40	55	5
Abrel	40	55	5
Mayo	40	55	5
Junio	40	55	5
Julio	45	50	5
Agosto	45	50	5
Septiembre	40	55	5
Octubre	40	55	5
Noviembre	40	55	5
Diciembre	35	60	5

Temporada o mejor época de consumo

Origen	Temporada	Las mejores
Producto nacional	<i>Todo el año</i>	Más abundante, con mayor contenido en grasa y en plenitud de sus cualidades organolépticas en el período julio-noviembre.
Producto importación	<i>Todo el año</i>	

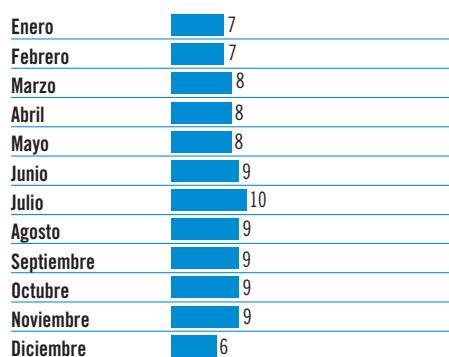
Ventas por variedades. Porcentajes sobre total anual.

Datos de la Red de Mercas

Sardina normal (20/30 g o unidades por kg)	40
Sardina parrocha (+30 g o unidades por kg)	55
Sardina filete o "mariposa"	5

Estacionalidad global de las ventas.

Porcentaje sobre total del año



Nota: Estacionalidad de las ventas en base al movimiento de volúmenes de los cinco últimos años en la Red de Mercas.

Formatos y categorías más usuales en venta mayorista**ANTERIORES**

Clasificado	Envase y peso	Transporte
Por tamaños. Muy uniformes puesto que, al igual que el boquerón, se capturaban en un mismo banco todas de tamaño similar.	Caja de madera de 25-30 kg, en hielo seco.	En camión de toldo, con cartolas fijas en los laterales para evitar el desplazamiento de la carga.

ACTUALES

Clasificado	Categoría	Envase y peso	Transporte
Por tamaños	Extra A	Caja de poliespán (poliestireno expandido) o madera* en hielo seco o con agua (caja ciega), de 5/6 kg.	En camión de toldo, con cartolas fijas en los laterales para evitar el desplazamiento de la carga.

* Envase perdido, en vías de extinción.

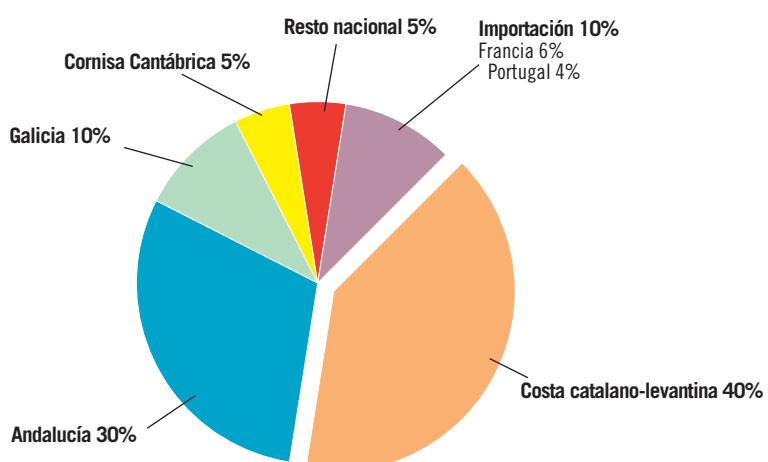
► DESCRIPCIÓN Y CARACTERÍSTICAS

Cuerpo alargado o esbelto de sección oval (fusiforme) y azulado o verdoso en la espalda, con flancos o lomos recorridos por una banda longitudinal azul brillante y, en ocasiones, por una serie de pequeñas manchas, o motas, negras que llegan a recordar a otra especie en vías de extinción por el deterioro del medio ambiente, las alosas. Vientre plateado. Escamas grandes, delgadas, muy caducas y de tamaño desigual, las mayores ocultan a las menores. Cabeza puntiaguda, sin escamas y con mandíbulas igualadas. Opérculos branquiales estriados, entre 3 y 5, característicos de la especie. Ojos con párpados. Una aleta dorsal, que nace un poco por delante de la mitad del cuerpo, y otra anal, aparte de la caudal, que es bifida y simétrica. La zona ventral lisa consta de dos pequeñas aletas abdominales. Dorsal compuesta de 13-14 radios y anal de 15-19.





Procedencia de las sardinas comercializadas en la Red de Mercas



Nota: Procedencias obtenidas en base a los datos de los cinco últimos años.

Cuota de mercado de la Red de Mercas*. Millones de kilos

Total consumo nacional	124,3
Comercio mayorista en la Red de Mercas**	61,3
Cuota de mercado	49 %

* Se acumulan boquerones y sardinas para homogeneizar el dato con el consumo.

** Red de Mercas: el 55% corresponde a boquerón y el 45% restante a sardina.

Datos de 2006.

Fuente: MAPA y Mercasa.

Consumo de boquerones y sardinas por segmentos. Porcentaje sobre el total nacional

	Hogares	Hostelería y restauración	Instituciones
1997	78,6	19,4	1,2
2000	75,8	23,6	0,6
2006	76,2	23,0	0,8

Fuente: MAPA.



► HÁBITAT

Errático, gregario, forma grandes bancos, o cardúmenes, y busca siempre aguas cálidas de alta salinidad. Por ello es menos abundante en las costas septentrionales. Este pelágico puede vivir en profundidades de hasta unos 150 m, aunque lo más habitual durante el día es que se le pueda encontrar a 25-50 m y,

por la noche, incluso entre los 15-30 cm. Normalmente, en aguas costeras durante la primavera y en aguas profundas de noviembre a marzo. Alcanzan la madurez sexual al año de vida, aunque pueden vivir hasta diez años. En época de reproducción expulsan los huevos cerca de la costa. Su alimentación consta básicamente de crustáceos planctónicos y huevos o peces en estado larvario.

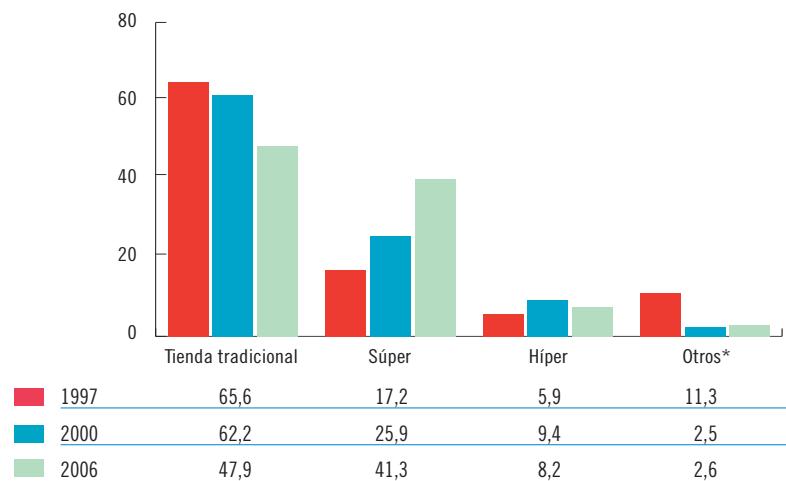
► MÉTODO DE CAPTURA O ARTES DE PESCA

Redes, especialmente el cerco (traíña) y el enmalle denominado "sardinal". Otra posibilidad es el arrastre. El arte de enmalle facilita que el pescado se desangre en el mar, proporcionando un producto de muy buena calidad. Pesca nocturna con luces (luceros), o con cebo recomendado (por raba) especialmente durante el día. Un cebo usual, la hueva de bacalao. Como curiosidad, apuntar que las noches más oscuras son un buen momento de captura al facilitar la detección de cardúmenes por el efecto lumínico que provocan. Alcanzada la madurez sexual, en torno al verano es una de sus mejores temporadas de pesca cuando se reúne en grandes



Evolución de cuotas según formatos comerciales para consumo en hogares.

Porcentajes volumen

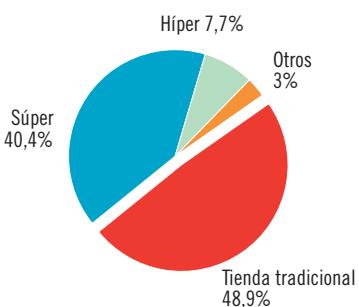


*Otras: Incluye autoconsumo, economatos, venta a domicilio, etcétera.

Fuente: MAPA.

¿Dónde compran sardinas y boquerones los hogares?

Cuota de mercado de los establecimientos
(incluye autoconsumo)



Datos 2006.
Fuente: MAPA.

cardúmenes y tiene mayor contenido en grasa. Talla máxima 25 cm. Común, entre 15 y 20 cm, con dos o tres años de edad. Mínima de 11 cm.

► OTRAS ESPECIES SUSCEPTIBLES DE SER SUSTITUTIVOS

En fresco es difícil de sustituir, aunque podría llegar a confundirse con otros clupeidos cercanos como la alacha (*Sardinella aurita*) o el espadín (*Sprattus sprattus*), pez nórdico común de las islas Lofoten, también utilizados por la industria conservera.

► CONSERVACIÓN DEL PRODUCTO EN MERCA

La permanencia del producto en Merca es de 1 día, en cámara a 0º/4º, conservado en hielo para su comercialización en fresco.

► RECOMENDACIONES PARA CONSERVACIÓN EN CONSUMO

Fresco: en el frigorífico a temperaturas de 0º/4º y durante 1 día.

► OTROS DATOS DE INTERÉS

Junto con el boquerón, constituyen los pescados azules por autonomía. Gastronómicamente apreciada por su sabor aromático y con un aprovechamiento en torno a las 2/3 partes de la pieza. Las sardinas tienen fama de oler fuerte al freírlas o cocinarlas, sin embargo una sardina perfectamente fresca no huele. Alto contenido en agua, proteínas y grasas insaturadas (9%). Contiene hierro, yodo, sodio, fósforo, calcio y magnesio. Vitaminas del grupo B, A, D y E. Alimenticio y de alto valor nutritivo, sobre todo en fresco, al igual que el boquerón su alto aporte en ácidos grasos Omega-3, que no se alteran con los distintos empleos culinarios, nos ayuda a equilibrar el exceso de grasas saturadas y sus efectos negativos. Un auténtico regalo del mar que en fresco tiene numerosas y variadas aplicaciones en cocina, fritas, a la plancha, en guisos marineros, escabechedadas, etc., pero sobre todo asadas en las populares y típicas "sardinadas" al estilo de la zona. Ensartadas en cañas o "espertos" en las costas de Málaga (espetones) o Galicia, "moragas" en las de Granada, o parrilladas en la Cornisa Cantábrica, etc. En definitiva, un bocado exquisito pero con



el condionante de una carne delicada y de difícil conservación (es altamente perecedera) que se recomienda consumir con la mayor rapidez y grado de frescura. Aparte, las conservas que tradicionalmente se presentan en lata utilizando como cobertura aceite vegetal, especialmente de oliva, escabeche, tomate o al limón. También se presentan en salsa picante. En salazones o ahumados destacan las "arenques" presentadas en sus características cajas redondas de madera y cuyo uso se conoce desde antiguo.

► PROCEDENCIAS

Actualmente, según los datos de la Red de Mercas, en torno a un 90% de la sardina comercializada es de origen nacional procedente de los puertos catalano/levantinos y andaluces principalmente y, en menor medida, de Galicia y el resto de la Cornisa Cantábrica. En cuanto a la importación, los mayores contingentes llegan de la UE con Francia y Portugal a la cabeza.