

Pescado neerlandés

Fuente de vitaminas y minerales

Es de todos conocido que el pescado es una importante fuente de grasas no saturadas, tan saludables para el corazón y los vasos sanguíneos. Menos conocido, pero no menos importante, es el hecho de que el pescado también es un importante suministrador de minerales y vitaminas.

Para funcionar bien, el cuerpo humano necesita vitaminas y minerales. Nos protegen contra enfermedades crónicas o deficitarias, como la anemia por escasez de hierro. El pescado es una importante fuente de vitaminas y minerales, en algunos casos aún más que otros alimentos. Por eso, el pescado encaja en una buena dieta alimentaria.

Minerales

El pescado es uno de los pocos alimentos que por naturaleza contienen yodo. Sobre todo los mejillones contienen relativamente mucho yodo. Nuestro cuerpo necesita este mineral para el buen funcionamiento de la glándula tiroidea, el órgano responsable del crecimiento, el desarrollo del sistema nervioso y el metabolismo.

El pescado nos suministra selenio, un mineral que sobre todo es activo en el hígado y, como antioxidante, evita los daños a los glóbulos rojos y las células. Además, el selenio hace menos tóxicos los metales pesados que contaminan nuestro cuerpo. Al igual que el yodo, el selenio es importante para que funcione bien la glándula tiroidea. Posiblemente, este mineral también ayuda a prevenir el cáncer de próstata.

El cinc interviene en varios procesos físicos, como la formación de proteínas, la renovación de tejidos, el metabolismo y el funcionamiento de los mecanismos de defensa. Además, el cinc desempeña un papel en el gusto, el olfato y la vista. El cinc se encuentra sobre todo en moluscos y crustáceos, por ejemplo, en las ostras.

Además el pescado es saludable para la dentadura, ya que es uno de los pocos alimentos que contiene

flúor, un mineral que además contribuye al fortalecimiento de los huesos.

El pescado es rico en cromo. Este mineral regula el índice de colesterol de la sangre y favorece el efecto de la insulina.



Vitaminas

El pescado está lleno de importantes vitaminas, sobre todo de A, D y B12. La vitamina A se encuentra sobre todo en el pescado graso, como el arenque, la anguila y la caballa, y en crustáceos y moluscos. La vitamina A en nuestro cuerpo tiene más de una función: es importante para los ojos, la piel sana, el crecimiento y las defensas naturales. Además el pescado graso es una importante fuente de vitamina D, importante para el fortalecimiento de los huesos y la dentadura. En el pescado encontramos varios tipos de vitamina B, sobre todo la B12, que es necesaria para la formación de glóbulos rojos y el buen funcionamiento del sistema nervioso.



Freshness
from
Holland

Edita


Noticias Pesqueras es una publicación de la fundación Oficina Holandesa de Pescado en Rijswijk, Países Bajos. La Oficina Holandesa de Pescado se ocupa de la promoción colectiva del sector pesquero neerlandés.

El boletín Noticias Pesqueras aparece en siete idiomas: neerlandés, alemán, francés, español, italiano, inglés y polaco.

Oficina Holandesa  de Pescado

Edición y redacción:
Oficina Holandesa de Pescado
Apartado de Correos 72
2280 AB RIJSWIJK, Países Bajos
Tel.: + 31 70 - 33 69 655
Fax: + 31 70 - 39 52 950
Correo electrónico: info@dutchfish.nl
Website: www.dutchfish.nl

Suscripciones:
Las Noticias Pesqueras le serán enviadas gratis tres veces al año.

 La hoja informativa Noticias Pesqueras en parte es financiada con ayuda de la Unión Europea.

Nº 3

Año 7
noviembre 2006

Noticias Pesqueras

Innovaciones en la piscicultura neerlandesa

Estos últimos años, la piscicultura neerlandesa está evolucionando mucho. Se introducen nuevos métodos de producción y nuevas clases de pescado. En las cercanías de Róterdam se va a criar por primera vez en Europa, una clase de camarón tropical y, en el norte de los Países Bajos, muy cerca de Groninga, una clase de pescado australiano, el barramundi. Dos iniciativas actuales y prometedoras de la piscicultura neerlandesa.

Camarones felices

A finales de 2006, se soltarán en el Happy Shrimp Farm las primeras larvas de camarón tropical (*Litopenaeus vannamei*). Estas larvas tardan seis meses en alcanzar el tamaño necesario para su consumo. Para entonces medirán unos 18 centímetros y pesarán unos cuarenta gramos. Se aspira a producir unas 30 toneladas de camarones frescos anuales que se destinarán al segmento superior de la hostelería neerlandesa y belga. Para el futuro se piensa extender la construcción de este tipo de viveros a otros países europeos, por ejemplo Alemania.

El mejor hábitat para el camarón tropical es el agua a 30 °C. Para poder criar camarones tropicales de una manera rentable en un país frío

En septiembre de 2006, el ministro de Agricultura, Naturaleza y Calidad Alimenticia inauguró el Happy Shrimp Farm. Según dice el ministro, la colaboración dentro y fuera de la cadena favorece la innovación.

como los Países Bajos, el Happy Shrimp Farm colabora estrechamente con una central eléctrica que se encuentra en las cercanías. Con el calor restante de la central se calienta el agua salada del vivero, formando una coproducción sostenible de la que se aprovechan ambas partes.

Las larvas del camarón necesarias para la cría se importan por avión desde la República Dominicana, Aruba y Tailandia. Durante un mes se dejan en cuarentena y se controla si contienen virus antes de ser trasladadas a uno de los

24 tanques del vivero. Aquí, las condiciones son tales que garantizan el crecimiento óptimo y la prevención de enfermedades. Actuando por principios personales, los criadores de esta empresa se oponen pertinentemente al uso de medicinas.

Es la primera vez que el consumidor europeo conocerá camarones tropicales frescos. Hasta el momento este tipo de pescado siempre se

Continúa en la página 2

Índice

Innovaciones en la piscicultura neerlandesa 1

Berberechos neerlandeses para el mercado de la Europa del Sur 2

Lobo, feo pero rico 3

Pescado neerlandés Fuente de vitaminas y minerales 4

Si busca información acerca de los suministradores neerlandeses de pescado, visite la página web www.dutchfish.nl.



importaba congelado desde, por ejemplo, África y varios países tropicales sudamericanos. Se trata de un producto fresco y, por lo tanto, más caro que los camarones congelados. El sabor es diferente, la carne es más suave y la piel se quita con mayor facilidad.

El exclusivo barramundi

Hace poco se inauguró en el norte de los Países Bajos el primer vivero de barramundi en el continente europeo. Con este producto fresco y exclusivo, la Barramundi Farming Company se enfoca al segmento superior de la hostelería. Se va a empezar con la producción de 70 toneladas de pescado fresco destinado al mercado neerlandés. Se planea extender a otras partes de Europa la cría de este pescado exótico.

Desde hace algunos años, en Australia se cría el barramundi con éxito en un sistema cerrado de recirculación. Esto quiere decir que se depura el agua del vivero, entre otras cosas por medio de biofiltros, usándola una y otra vez. Este enfoque a pequeña escala y sostenible, es muy apto para realizar una cría rentable en los Países Bajos.

Para que llegue a ser exitosa la cría del barramundi en Europa, la Barramundi Farming Company colabora estrechamente con la Cell Aquaculture LTD. Esta contraparte australiana no sólo dispone del conocimiento y la experiencia necesarios, sino que también es el suministrador de los alevines.



El sistema cerrado de recirculación ofrece condiciones óptimas para la cría del exótico barramundi. Los alevines proceden todavía de Australia, pero se están haciendo planes para la instalación de criaderos de alevines propios.

Los alevines se transportan en avión desde Australia a los Países Bajos, donde se sueltan en pequeños tanques en los que pueden aclimatarse y se controla si tienen enfermedades antes de soltarlos en uno de los dieciséis embalses de cría. Se observa su desarrollo continuamente y con precisión. La observación, medición e investigación deben resultar en el habitat óptimo. Tampoco en este vivero se utilizan fármacos.

El barramundi crece rápido. A los ocho meses está listo para el consumo. Es un pescado firme y blanco; tiene pocas espinas y se puede preparar de varias maneras. El precio de este barramundi fresco de vivero está al nivel del precio del lenguado. Su sabor es suave y, según dicen los expertos culinarios, aún mejor que el de los ejemplares silvestres.

El pasado 1 de noviembre, el embajador australiano inauguró la granja. En diciembre se presentarán a la hostelería los primeros ejemplares del pescado fresco.

reglas alimentarias, se determina el cupo anual para la pesca de berberechos.

Continúa en la página 3



Freshness
from
Holland

Llegar a conocerse



Después de 16 años, Tilly Sintnicolaas me transfirió sus competencias. En mi nueva función de directora de la Oficina Holandesa de Pescado tendré el honor de dirigir un equipo experto que todos los días se esforzará

por señalar a su atención el pescado neerlandés. Comencé mi carrera laboral en los años 90, en el sector alimentario, desarrollando y llevando a las tablas un teatro culinario. En aquel entonces era una nueva iniciativa que tenía como objeto enseñar a la gente a cocinar con, entre otras cosas, todos los maravillosos productos de la agricultura, la horticultura y la pesca neerlandesas.

Luego, en la empresa Villeroy en Boch, me ocupé de las relaciones públicas y la venta, abarcando un vasto terreno de actividades, desde la dirección de una organización internacional de venta hasta entablar y sostener contactos concernientes a los medios de comunicación.

Y, heme aquí, de vuelta en el sector alimentario. Y ello con mucho placer. En primer lugar, me gusta el pescado. Es un producto sano y rico. En mi casa, el pescado está en el menú tres veces por semana, como mínimo. Además me interesa el sector pesquero. Los Países Bajos trabajan con muchos tipos de pesca, desde la trainera hasta el pescador de berberechos. El surtido de pescado que los Países Bajos distribuyen por el mundo entero es enorme y sigue aumentando, también a consecuencia de la creciente cría de pescado en nuestro país.

Los medios de comunicación, la administración estatal, las organizaciones sociales y, desde luego, el consumidor, observan con atención las novedades dentro de nuestro sector. Y con razón. Al fin y al cabo se trata de nuestra comida. En respuesta a la evolución del mercado, el sector pesquero se enfoca cada vez más a la producción de pescado conforme a métodos socialmente responsables.

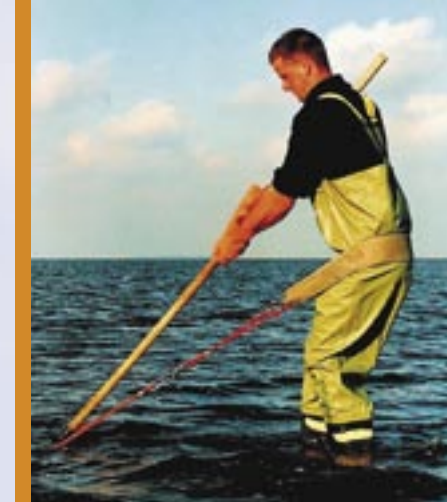
El sector pesquero neerlandés es un ambiente dinámico en el que la gente se esfuerza para la producción sostenible de pescado sano y rico de los Países Bajos. Con mucho placer quiero aportar a ello mi granito de arena.

Mariëtte Vermeer
Directora

Este otoño, por primera vez desde hace algunos años, se ha autorizado de nuevo la pesca de berberechos. “Un alivio para el sector,” dice un capataz pesquero. “Pero no vamos a alcanzar el cupo de 2100 toneladas de carne de berberecho en el Escalda Oriental, ni las 88 toneladas en la zona denominada Voordelta (en el suroeste de los Países Bajos). Empezamos demasiado tarde para poder pescar el cupo completo. Además no tocamos los bancos con los berberechos pequeños ni las larvas, para que se forme una reserva para el año que viene.” Los berberechos suministrados por los pescadores mecánicos de berberechos se procesan y exportan a España e Italia en forma de conservas.

Recolectores manuales de berberechos

Los Países Bajos cuentan con 20 concesionarios para la pesca manual de berberechos, que suministran de 200 a 400 toneladas de carne de berberecho anuales, sobre todo del Mar de los Wadden. Esos berberechos son de buena calidad y en gran parte se exportan a Francia.



Dos maneras de pescar berberechos

En los Países Bajos existen dos maneras de pescar berberechos. En la pesca mecánica, los berberechos se aspiran a bordo con ayuda de una red de arrastre. De esta manera, el pescador de berberechos llega a suministrar unas 30 toneladas diarias de berberechos frescos (4,5 toneladas de carne de berberecho). Los pescadores que recogen los berberechos a mano los pasan por una criba después de capturarlos con ayuda de un rastrillo provisto de una red. Todos juntos suministran de 200 a 400 toneladas de carne de berberecho anuales.



Freshness
from
Holland

Cría

El sector recibió de una manera positiva la noticia de la reanudación de la pesca de berberechos. Sin embargo, los pescadores de berberechos miran adelante. Por eso, en los Países Bajos se están desarrollando iniciativas para fomentar la cría rentable de berberechos.

Lobo, feo pero rico

El lobo no es un pez con un aspecto muy atractivo, pero es riquísimo. Su boca llena de afilados dientes le da un aspecto peligroso, pero él los necesita para triturar crustáceos y moluscos. Esta dieta tan especial contribuye al buen sabor de este pescado.

En el pasado, el lobo apenas se capturaba o se consumía. La contribución del lobo a la pesca total sigue siendo pequeña. Vive en la parte septentrional del Océano Atlántico: desde Groenlandia y Spitzberg hasta Cape Cod en el Oeste y la costa francesa en el Este. También vive en el Mar del Norte. En los Países Bajos sobre todo se suministra como captura accesoria de la pesca de pescado plano. Además se importa de Alemania, Noruega y Rusia. Hoy día, en estos dos últimos países también se cría el lobo.

Boca llena de dientes

Un lobo (*Anarhichas lupus*) maduro puede llegar a medir más de un metro. El pez tiene el dorso oscuro, de color gris azulado. Los costados y vientre son de color marrón verdoso con franjas negras verticales. El lobo de manchas negras (*Anarhichas minor*) puede llegar a ser aún más grande.

Con su boca llena de afilados dientes, tanto los incisivos como los molares, el lobo tiene un aspecto nada atractivo. Dichos incisivos y molares los necesita para cascar materiales duros. Y es que

al lobo le gustan mucho los erizos de mar, los cangrejos y los crustáceos.

Venta

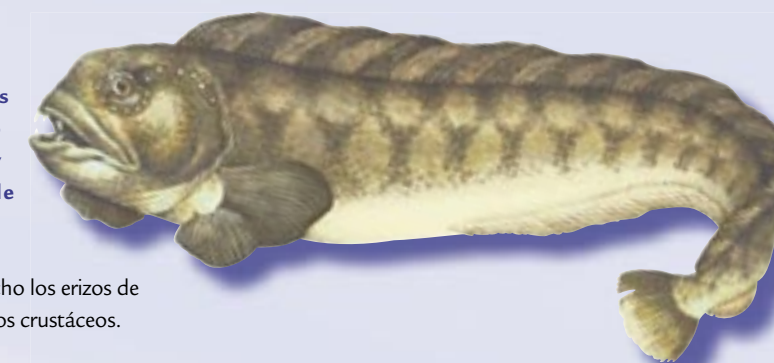
La hostelería es el sector más interesado por el lobo, por su sabor extremadamente rico y especial. A consecuencia de la fina estructura de la carne, ésta no se deshace fácilmente, lo que lo hace apto para toda clase de preparación.

Es difícil quitarle la piel. Por eso se suele presentar en forma de filetes y rodajas. Eso hace difícil reconocer si se trata de un lobo normal o de uno manchado. El sabor de ambos es igual.

El lobo está en venta durante todo el año, tanto fresco como congelado. El suministro es regular

Escalador

El nombre científico *Anarhichas* significa escalador. La gente de la zona del Mar del Este cree que el lobo escala las rocas.



pero nunca se trata de grandes cantidades, lo que da a este pescado un carácter exclusivo. Su mejor temporada es el verano, de junio a septiembre. En este periodo presenta el mayor porcentaje de grasa.

Conservación

Comparándolo con otros tipos de pescado, el lobo se conserva mejor. El olor a amoníaco significa que la calidad se ha deteriorado.



Berberechos neerlandeses para el mercado de la Europa del Sur

Hasta hace poco, los Países Bajos se contaban entre los mayores productores de berberechos de Europa. A consecuencia de las rigurosas reglas para respetar el medioambiente y la decisión política de permitir la extracción de gas en el Mar de los Wadden y de prohibir la pesca mecánica de berberechos, ha disminuido rigurosamente el abastecimiento de estos moluscos.

Cada primavera los biólogos marinos calculan la cantidad de berberechos presentes en varias zonas de las aguas costeras neerlandesas. En base a ese cálculo de la población de berberechos y a las

