

FAO GPD	NOME COMERCIAL	MEROⁱ (Dusky grouper)		
	NOME CIENTÍFICO	<i>Epinephelus marginatus</i>		
	CLASSIFICAÇÃO	Filo	Chordata	
		Classe	Actinopterygii	
		Ordem	Perciformes	
Família		Serranidae		



Fonte: www.ictioترم.es

DESCRIÇÃO DO PRODUTO

Espécie bentónica ocorre entre os 8 e 300m de profundidade. Encontra-se essencialmente em fundos rochosos em adultos e os juvenis mais próximos da costa. Espécie sedentária, solitária, territorial, hermafrodita e de grande longevidade (podendo atingir os 60 anos). Alimenta-se de cefalópodes (p.e. polvos), crustáceos e peixes. Corpo volumoso e robusto. Opérculo com 3 espinhos; margem inferior do preopérculo denticulada. Boca grande e mandíbula proeminente. Caninos grandes em ambas as maxilas. A barbatana dorsal apresenta 11 raios espinhosos e 13-16 segmentados. Barbatana anal com 3 raios espinhosos e 8 segmentados. A barbatana caudal é arredondada. Coloração castanha e amarela, com zonas irregulares mais claras (verificadas também nos juvenis). Margem de cor branca na barbatana caudal.

TAMANHO MÍNIMO DE CAPTURA	-
ORIGEM	Atlântico Nordeste (Zona FAO 27)
MÉTODO DE CAPTURA	Palangre; redes de emalhar
MODO DE APRESENTAÇÃO	Pescado fresco e inteiro
ACONDICIONAMENTO	Dornas ou em material de plástico
CONSERVAÇÃO	0 – 4°C
UTILIZAÇÃO PREVISTA	Cozinhado
CRITÉRIOS MICROBIOLÓGICOS OU QUÍMICOS (quando aplicáveis)	Critérios microbiológicos: Reg. (CE) n.º 2073/2005 e alterações (Reg. (CE) n.º 1441/2007) / Critérios químicos: Reg. (CE) n.º 1881/2006
ROTULAGEM	Informação constante na fatura
PÚBLICO-ALVO	População geral com exceção de indivíduos com alergia ou intolerância a peixe
OBSERVAÇÕES	Espécie da Lista Vermelha IUCN – Em Perigo https://www.iucnredlist.org/species/7859/44904558

Fonte: Biodiversidade nas pescas do Algarve (2007); Guia do Consumidor de Pescado (Vale do Bispo); IUCN, Ictioترم.

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MERO (por 100g de parte edível) *

VALOR ENERGÉTICO (KCAL/KJ)		92/385
MACRONUTRIENTES	Lípidos Totais (g)	2,3
	Ácidos gordos saturados (g)	0,52
	Ácidos gordos monoinsaturados (g)	0,39
	Ácidos gordos polinsaturados (g)	0,7
	Ómega - 3 (g)	0,6
	C18:2 Linoleico (ómega - 6) (g)	0,03
	Hidratos de Carbono (g)	0
	Proteína (g)	17,8
	Sal (g)	-
	Fibra alimentar (g)	0
	Água (g)	79,9
	Colesterol (mg)	37

VITAMINAS		MINERAIS	
Vitamina A (retinol) (µg)	-	Cinza (g)	-
Caroteno (µg)	-	Sódio (Na) (mg)	80
Vitamina D (µg)	-	Potássio (K) (mg)	255
A-tocoferol (E) (mg)	0,8	Cálcio (Ca) (mg)	30
Tiamina (B1) (mg)	0,08	Fósforo (P) (mg)	199
Riboflavina (B2) (mg)	0,1	Magnésio (Mg) (mg)	23
Niacina (mg)	6,9	Ferro (Fe) (mg)	0,4
Vitamina B6 (mg)	0,32	Zinco (Zn) (mg)	0,3
Vitamina B12 (µg)	2		
Vitamina C (mg)	-		
Folatos (µg)	11		

* Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente. Disponível em <http://www.magrama.gob.es/es/>

OBSERVAÇÕES/ALEGAÇÕES NUTRICIONAIS:

O Mero é um peixe com baixo teor de **gordura**, alto teor de **proteína** e **ómega – 3**.

Fornecer ainda uma quantidade significativa de niacina, B6 e B12, e de fósforo.

ⁱ A presente versão foi revista e atualizada quanto à classificação “família” e método de captura.