

FAO BSF	NOME COMERCIAL	PEIXE-ESPADA PRETO (Black scabbardfish)		
	NOME CIENTÍFICO	<i>Aphanopus carbo</i>		
	CLASSIFICAÇÃO	Filo	Chordata	
		Classe	Actinopterygii	
		Ordem	Perciformes	
Família		Trichiuridae		



Fonte: www.cienciaviva.pt

DESCRIÇÃO DO PRODUTO

Espécie bentopelágica que habita zonas de grandes profundidades (entre os 200 e 1600m) e sobe à coluna de água, durante a noite, para se alimentar. No verão migra para junto da costa. Reproduz-se de outubro a janeiro, tendo um ciclo de vida longo, crescimento lento e baixo ciclo reprodutivo, o que o torna muito sensível a alterações do meio. Corpo muito alongado, comprido e achatado. Com olhos e boca grande. Não tem escamas. A barbatana dorsal está dividida em duas porções de comprimento aproximadamente igual; A barbatana caudal é bem desenvolvida, fina e bifurcada. Apresenta espinho posterior no ânus forte e achatado. De coloração negra.

TAMANHO MÍNIMO DE CAPTURA	-
ORIGEM	Atlântico Nordeste (Zona FAO 27)
MÉTODO DE CAPTURA	Palangre de fundo
MODO DE APRESENTAÇÃO	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: espécie, peso, grau de frescura, tamanho, modo de apresentação.
PÚBLICO-ALVO	População geral com exceção de indivíduos com alergia ou intolerância a peixes
OBSERVAÇÕES	Espécie da Lista Vermelha IUCN – Menor Preocupação https://www.iucnredlist.org/species/18179793/45900190

Fonte: *Multilingual & Illustrated Dictionary of Fish and Shellfish*, Manual Prático De Identificação de Peixes Ósseos da Costa Continental Portuguesa – IPMA (2015), DGAV, DGRM, *Fishbase*, Pescar Saúde (APN), Mar de Portugal (Ciência Viva), IPMA.

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL PEIXE-ESPADA-PRETO (por 100g de parte edível) *

VALOR ENERGÉTICO (KCAL/KJ)		88/370
MACROCONSTITUINTES	Lípidos Totais (g)	2,8
	Ácidos gordos saturados (g)	0,5
	Ácidos gordos monoinsaturados (g)	1,6
	Ácidos gordos polinsaturados (g)	0,2
	EPA (mg) **	14,8
	DHA (mg) **	170,5
	Hidratos de Carbono (g)	0
	Proteína (g)	15,7
	Sal (g)	0,4
	Fibra alimentar (g)	0
	Água (g)	79,7
	Colesterol (mg)	24

VITAMINAS		MINERAIS	
Vitamina A (retinol) (µg)	23	Cinza (g)	1,2
Caroteno (µg)	0	Sódio (Na) (mg)	140
Vitamina D (µg)	2,1	Potássio (K) (mg)	330
A-tocoferol (E) (mg)	1,1	Cálcio (Ca) (mg)	14
Tiamina (B1) (mg)	0,01	Fósforo (P) (mg)	180
Riboflavina (B2) (mg)	0,04	Magnésio (Mg) (mg)	29
Niacina (mg)	1,8	Ferro (Fe) (mg)	0,1
Vitamina B6 (mg)	0,16	Zinco (Zn) (mg)	0,5
Vitamina B12 (µg)	1,7		
Vitamina C (mg)	0		
Folatos (µg)	8,3		

*Tabela de Composição dos Alimentos, Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA), 2016. Disponível em <https://insa.foodcase.ch/>

**Composição Nutricional Instituto Português do Mar e da Atmosfera (IPMA).

Disponível em <https://www.ipma.pt/resources.www/docs/publicacoes.site/pescado/inicio.htm>

OBSERVAÇÕES/ALEGAÇÕES NUTRICIONAIS:

O Peixe-espada preto é um peixe com baixo teor de **gordura**, com alto teor de **proteína** e **ómega – 3**.

Fornece uma quantidade significativa de vitamina D, potássio e fósforo.