

FAO PCB	NOME COMERCIAL	PERCEVE (Barnacle)	
	NOME CIENTÍFICO	<i>Pollicipes pollicipes</i>	
	CLASSIFICAÇÃO	Filo	Arthropoda
		Classe	Thecostraca
		Ordem	Pollicipedomorpha
Família		Pollicipedidae	



Fonte: www.ictiorm.es

DESCRIÇÃO DO PRODUTO

Espécie marinha costeira que vive fixada nas rochas mais expostas a águas movimentadas, onde tende a formar aglomerados. Ocorre principalmente do intertidal (zina entre marés), ocorrendo também no subtidal pouco profundo. Cirrípede (grupo de crustáceos marinhos) de pedúnculo castanho-escuro, coberto por pequenas escamas. Unha com 18 placas, brancas ou cinzentas, no interior do qual se encontram os cirros utilizados para a captura de alimento. Atinge 5 cm ou mais de comprimento. Tende a formar aglomerados.

TAMANHO MÍNIMO DE CAPTURA	2 cm (tamanho da unha)
ORIGEM	Atlântico Nordeste (Zona FAO 27)
MÉTODO DE CAPTURA	Apanha à mão
MODO DE APRESENTAÇÃO	Vivo 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. (UE) n.º 2023/915
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 crustáceos.
OBSERVAÇÕES	Época de defeso: Apanha (não inclui PNSACV e RN Berlengas) entre 15/set e 15/out; Reserva natural das berlengas: entre jan e mar, e ago e set; Parque Natural do Sudoeste Alentejano e Costa Vicentina e Zona de jurisdição da Capitania de Sines: entre 15/set e 15/dez.

Fonte: World Register of Marine Species (Worms); Saldanha, L. (1997). Fauna submarina atlântica. 3.ª ed, Publicações Europa-América, Lda. Mem Martins.; DGRM, Ictiorm.

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

VALOR ENERGÉTICO (KCAL/KJ)		59/250
MACROCONSTITUINTES	Lípidos Totais (g)	0,5
	Ácidos gordos saturados (g)	0
	Ácidos gordos monoinsaturados (g)	0
	Ácidos gordos polinsaturados (g)	0
	EPA (mg)	-
	DHA (mg)	-
	Hidratos de Carbono (g)	0
	Proteína (g)	13,6
	Sal (g)	0
	Fibra alimentar (g)	0
	Água (g)	85,9
	Colesterol (mg)	14

VITAMINAS	
Vitamina A (retinol) (µg)	0
Caroteno (µg)	0
Vitamina D (µg)	0
A-tocoferol (E) (mg)	0,85
Tiamina (B1) (mg)	0,3
Riboflavina (B2) (mg)	0,6
Niacina (mg)	0,6
Vitamina B6 (mg)	0,22
Vitamina B12 (µg)	15
Vitamina C (mg)	0
Folatos (µg)	7

MINERAIS	
Cinza (g)	1,1
Sódio (Na) (mg)	18
Potássio (K) (mg)	330
Cálcio (Ca) (mg)	130
Fósforo (P) (mg)	160
Magnésio (Mg) (mg)	94
Ferro (Fe) (mg)	0,3
Zinco (Zn) (mg)	0,5

*Tabela da Composição de Alimentos. Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, I.P -INSA, 2021. Disponível em <https://portfir-insa.min-saude.pt/>

OBSERVAÇÕES/ALEGAÇÕES NUTRICIONAIS^(a):

O Perceve é um crustáceo **sem gordura**, com alto teor de **proteína** e de **vitamina B12**.

Fornece uma quantidade significativa de vitaminas tais como a tiamina, riboflavina e vitamina B6, e dos minerais potássio, fósforo, cálcio e magnésio.

(a) Regulamento (CE) n.º 1924/2006, de 20 de dezembro de 2006 relativo às alegações nutricionais e de saúde sobre os alimentos.