

FAO SBA	NOME COMERCIAL	BESUGO (Axillary seabream)		
	NOME CIENTÍFICO	<i>Pagellus acarne</i>		
	CLASSIFICAÇÃO	Filo	Chordata	
		Classe	Actinopterygii	
		Ordem	Perciformes	
Família		Sparidae		



Fonte: www.ictieterm.es

DESCRIÇÃO DO PRODUTO

Espécie demersal, que vive sobre fundos rochosos até aos 500m de profundidade. Apresenta um corpo alongado, perfil da cabeça deprimido por cima do olho e um focinho cónico: diâmetro ocular menor que o comprimento do focinho (no que difere do goraz). As maxilas apresentam dentes pontiagudos à frente e molariformes atrás. Tem 3 barbatanas dorsais separadas por espaços pequenos e duas barbatanas anais com três espinhos e 9 – 10 raios moles (que o distingue do goraz). Escamas dorsais terminando entre a margem posterior e o meio do olho. De coloração prateada na parte ventral com tonalidades avermelhadas ou rosadas no dorso. A boca é terminal e o interior é alaranjado com várias fiadas de dentes em ambas as maxilas. Os indivíduos adultos apresentam uma característica distintiva da espécie, uma mancha escura na base das barbatanas peitorais.

TAMANHO MÍNIMO DE CAPTURA	18 cm
ORIGEM	Atlântico Nordeste (Zona FAO 27)
MÉTODO DE CAPTURA	Palangre; redes de emalhar, cerco e arrasto
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: espécie, peso, grau de frescura, tamanho, modo de apresentação.
PÚBLICO-ALVO	População geral com exceção de indivíduos com alergia ou intolerância a peixe
OBSERVAÇÕES	Espécie da Lista Vermelha IUCN – Menor Preocupação http://www.iucnredlist.org/details/170229/0

Fonte: Guia de Identificação do Pescado de Portugal (INIP); Manual De Identificação de Peixes Ósseos da Costa Continental Portuguesa, IPMA (2018); Biodiversidade nas pescas do Algarve (2007); Guia do Consumidor de Pescado (Vale do Bispo); DGRM; IUCN.

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

VALOR ENERGÉTICO (KCAL/KJ)		102/431
MACROCONSTITUINTES	Lípidos Totais (g)	2,7
	Ácidos gordos saturados (g)	0,7
	Ácidos gordos monoinsaturados (g)	0,8
	Ácidos gordos polinsaturados (g)	0,7
	EPA (mg)**	86,3
	DHA (mg)**	327,2
	Hidratos de Carbono (g)	0
	Proteína (g)	19,5
	Sal (g)	0,3
	Fibra alimentar (g)	0
	Água (g)	75,5
	Colesterol (mg)	57

VITAMINAS	
Vitamina A (retinol) (µg)	0
Caroteno (µg)	0
Vitamina D (µg)	0
A-tocoferol (E) (mg)	1,1
Tiamina (B1) (mg)	0,07
Riboflavina (B2) (mg)	0
Niacina (mg)	2,4
Vitamina B6 (mg)	0,32
Vitamina B12 (µg)	4,8
Vitamina C (mg)	0
Folatos (µg)	17

MINERAIS	
Cinza (g)	1,4
Sódio (Na) (mg)	120
Potássio (K) (mg)	400
Cálcio (Ca) (mg)	15
Fósforo (P) (mg)	250
Magnésio (Mg) (mg)	40
Ferro (Fe) (mg)	0,4
Zinco (Zn) (mg)	0,9

* Tabela de Composição dos Alimentos, Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA), 2020. Disponível em <https://insa.foodcase.ch/>

** Composição e valor nutricional dos produtos da pesca mais consumido em Portugal. ISSN 0872-914X. Publicações avulsas IPIMAR, 11, 2004.

OBSERVAÇÕES/ALEGAÇÕES NUTRICIONAIS:

O Besugo é um peixe com alto teor de **proteína, ómega – 3**.

Fonte de vitamina **B12** e fornece uma quantidade significativa de vitamina B6, niacina, fósforo e potássio.