



MARISCOBIVALVO

Berberecho

(*Cerastoderma edule*)

El berberecho es un molusco bivalvo perteneciente a la familia de los Cardiidae que habita en aguas atlánticas y mediterráneas.

Este molusco posee dos valvas idénticas de contorno ovalado y con forma de corazón. El color de su concha es marrón con tonos grisáceos y puede llegar a alcanzar los 6 centímetros de longitud.

Al igual que muchos moluscos bivalvos, el berberecho vive en aguas poco profundas en torno a los 10 metros, preferiblemente en bancos de arena donde suele vivir enterrado. En cuanto a su reproducción, estos moluscos son unisexuales por lo que utilizan el agua para transportar sus gametos de un individuo a otro. Por otro lado su crecimiento es muy rápido, lo que genera que su ciclo vital sea bastante corto.

En cuanto a sus usos gastronómicos el berberecho es uno de los mariscos de concha más populares en nuestro país gracias a su fina carne y a su delicado sabor. También se trata de un alimento saludable ya que contiene una mínima cantidad de grasa y sin embargo es rico en proteínas y en vitaminas A y B.

El Dato Curioso

El berberecho, un saltador "olímpico"

Pese a que a simple vista pueda parecer difícil de creer, el berberecho es capaz de saltar hasta casi el medio metro de distancia. Esto es posible gracias a su "pie", una pequeña protuberancia que además de servirle para excavar los fondos marinos, le permite propulsarse y recorrer estas impresionantes distancias.



Escopinya



Berberecho



Berbertxo arrunta



Escopinya gallet

Tabla Nutricional

Elementos	en 100 gr
Energía	91 Kcal
Proteínas	18,3 gr
Lípidos	2 gr
Colesterol	200 Mg
Sodio	270 Mg
Potasio	212 Mg
Calcio	60 Mg
Fósforo	242 Mg
Hierro	0,70 Mg
Vitamina B2	0,11 Mg
Vitamina B1	0,12 Mg
Vitamina B12	1 Mg



ORIGEN



Atlántico y Mediterráneo

TEMPORADA



Todo el año, aunque la mejor época es de mayo a agosto.

MÉTODO



Se capturan con un rastrillo o sacho a pie firme.