



## MARISCOCRUSTÁCEO

### Gamba Roja de Costa

*(Aristeus antennatus)*

La gamba roja es un crustáceo marino que habita en las aguas del Mediterráneo y se caracteriza por tener un abdomen articulado y bastante desarrollado en comparación con la cabeza.

Su característico color rojo sólo aparece fuera del agua ya que dentro de esta el animal es transparente. Sin embargo en la cabeza presente un color mucho más intenso variando entre lila y negro. Por el contrario la cola presenta una tonalidad rosada. Los individuos adultos pueden alcanzar una talla de hasta 20 centímetros de longitud.

Esta habitante de las aguas mediterráneas suele vivir entre los 100 y los 400 metros de profundidad.

En cuanto a sus usos gastronómicos la gamba roja es uno de los mariscos más apreciados en nuestro país debido al inconfundible sabor de su exquisita carne. Además se trata de un alimento saludable ya que es bajo en grasas y tiene un importante aporte de minerales como el yodo, y de vitaminas, especialmente las del grupo B y E.

### El Dato Curioso

#### El crustáceo "travesti"

Las gambas rojas tiene un rasgo muy peculiar ya que todas nacen siendo machos. Una vez finalizada su etapa de desarrollo, en torno a los 2 o 3 años, se convierten en hembras.



### Tabla Nutricional

Elementos	en 100 gr
Energía	94,20 Kcal
Carbohidratos	1,50 gr
Proteínas	18 gr
Colesterol	185 Mg
Sodio	305 Mg
Potasio	221 Mg
Calcio	115 Mg
Fósforo	215 Mg
Hierro	3,30 Mg
Vitamina B3	3,20 Mg
Vitamina B12	1,90 Mg



ORIGEN



Mediterráneo  
(Tarragona, Valencia e  
Islas Baleares).

TEMPORADA



Todo el año, aunque la  
mejor época es entre  
Marzo y Abril.

MÉTODO



Método arrastre.