



MARISCOCIRRÍPEDO

Percebe Marroquí

(Pollicipes pollicipes)

El percebe es un crustáceo perteneciente a la familia de los Scalpellidae que habita en las aguas atlánticas de España, Portugal, Francia, Marruecos y África noroccidental.

Este singular crustáceo vive adherido a las rocas ya que carece de extremidades con las que desplazarse. Por otro lado tampoco las necesita ya que se alimenta filtrando el agua de su alrededor. Su cuerpo se divide en dos partes: la cabeza, compuesta por unas placas calcáreas de color grisáceo que recuerdan a una pezuña y que se llama cirro, y el cuerpo, de forma cilíndrica y color marrón cuya base se adhiere a la roca. Su reproducción es curiosa ya que todos los percebes son hermafroditas, aunque necesitan de la participación de otro individuo para poder fecundarse.

Además de un placer para el paladar, los percebes también son un alimento saludable ya que tienen muy poco contenido graso y una importante concentración de potasio y vitaminas B1 y B2, elementos imprescindibles para garantizar el correcto funcionamiento de nuestro organismo.



Peu de Cabra del Marroc



Percebe marroquí



Percebe marroquí



Peu de Cabra del Marroc

Tabla Nutricional

Elementos	en 100 gr
Energía	66.40 Kcal
Proteínas	157 gr
Colesterol	140 Mg
Zinc	5 gr
Calcio	80 Mg
Hierro	3 Mg

El Dato Curioso

La gran familia del percebe

Los percebes adultos pueden llegar a vivir en colonias de más de un centenar de individuos y en algún caso se han llegado a encontrar hasta 6.000 por metro cuadrado.



ORIGEN



Mediterráneo
(Marruecos).

TEMPORADA



La mejor época es de
Marzo hasta Junio y de
Septiembre a Diciembre.

MÉTODO



Arte de raspa.