

Cinco trucos para identificar el pescado fresco

Cinco trucos para identificar el pescado fresco

[imprimir](#)



El **pescado** es un alimento lleno de propiedades y es esencial en una dieta equilibrada. Hoy te enseñamos algunos trucos para que identifiques el pescado más fresco en el mercado, pescadería o supermercado.

1. Fíjate bien en los **ojos**: deben ser brillantes, transparentes y resaltar ligeramente. Si los encuentras de color gris, hundidos o vidriosos no te arriesgues.

2. La **carne** del pescado debe estar bien adherida a las espinas y tener un aspecto firme y tirante. No lo compres si lo notas flácido o rugoso.

3. La **piel** debe ser lisa y brillante, sin manchas ni arrugas, y las **escamas** deben estar bien pegadas al cuerpo y ser tersas.

4. Las **agallas** han de estar limpias y poseer un color rojo o rosado intenso, también brillantes y sin mucosidad. No compres pescado con agallas amarillentas o pálidas.

5. El **olor** es determinante: si el pescado huele a mar, significará que es fresco. Si huele fuerte o rancio, descártalo.

Cuando vayas al mercado, procura tener en cuenta estas sencillas claves. Simplemente, se trata de ir con cuidado y tener un poco de ojo. Si has pensado en comprar pescado pronto, te recordamos [cómo cortarlo](#) y también [cómo congelarlo](#).

Etiquetas

[pescado fresco](#)

[trucos](#)

[cómo cortar el pescado](#)

[cómo congelar el pescado](#)

[Induction Pro](#)

Deja tu comentario

Su nombre

E-mail

Comentario

[Acerca de formatos de texto](#)

Plain text

- No se permiten etiquetas HTML.
- Las direcciones de correos electrónicos y páginas web se convierten en enlaces automáticamente.
- Saltos automáticos de líneas y de párrafos.

Publicar