

Medio: Revista

Sección: Noticias

Espacio: 1.640 cm²

ORIGEN

Septiembre de 2008

Audiencia: 123.420

Difusión: 48.926

Valor Publicitario: 4.000 €



Mar de Origen

Dorada



La nueva estrella de la acuicultura

Nombre científico: Sparus auratus

Denominación comercial admitida en España: Dorada
Cataluña, Baleares y la Comunidad Valenciana: Orada
Canarias: Zapata morisca
Galicia: Dourada
País Vasco: Urreburu, Txelba

Si la dorada era ya muy conocida en los mercados, de un tiempo a esta parte lo es mucho más a consecuencia del impulso de la acuicultura, pues se trata de uno de sus productos estrella. En estado salvaje, la dorada vive en la costa, en fondos de algas y arena, entre los 30 y los 300 metros de profundidad.

HÁBITAT Y CARACTERÍSTICAS

La dorada se distribuye por las costas orientales del océano Atlántico, desde Gran Bretaña hasta Cabo Verde, y por todo el mar Mediterráneo. Se alimenta principalmente de moluscos, crustáceos y pequeños peces. Su cuerpo es ovalado, alto y aplanado lateralmente y la cabeza grande, con el perfil arqueado. La coloración es gris plateada con una mancha oscura en el inicio de la línea lateral y una pequeña banda escarlata en el borde superior del opérculo. Muestra también una característica banda dorada entre los ojos. Alcanza un tamaño de hasta 57 centímetros de longitud.

Su crianza se realiza en casi todos los países mediterráneos. Los centros de cría ("hatcheries") producen huevos a partir de individuos reproductores en condiciones muy controladas. Cada hembra llega a poner dos millones de huevos de un milímetro de diámetro por kilo de peso. Durante su primer mes de vida en cultivo, las larvas se alimentan de organismos vivos. Después inician una alimentación a base de piensos fabricados con ingredientes naturales, principalmente marinos. Las instalaciones de crianza son variadas: viveros flotantes en el mar, tanques de hormigón o estanques de tierra. Cada dorada tarda entre 18 y 24 meses en alcanzar 400 gramos desde que eclosiona del huevo. La talla comercial abarca desde los 250 hasta más de 1.500 gramos.

La producción acuícola de dorada en España ha sido de 22.320 toneladas en 2007, un 10,4 por 100 más que en 2006. Las previsiones para 2008 apuntan a un nuevo incremento de esta producción hasta superar las 24.790 toneladas, es decir, un 11,1 por 100 más. La Comunidad Valenciana, con el 34 por 100 del total, encabeza la producción, seguida de Canarias, Andalucía, Murcia y Cataluña.

GASTRONOMÍA Y NUTRICIÓN

Se considera a la dorada la iniciadora de todas las recetas marineras "a la sal", que han alcanzado una gran popularidad. Pero como el resto de los pescados de su familia (entre los que se encuentran la sama, el pargo o el sargo) resulta extraordinaria preparada al horno con guarniciones características de esa buena huerta de la que se benefician las localidades cercanas a sus lugares de pesca.

VALORES NUTRICIONALES BÁSICOS

Proteínas: 19,50 g / 100 g.
Grasas: 4,40 g / 100 g.
Energía: 117,50 kcal / 100 g.



Dorada con estofado de guisantes y alcachofas en salsa verde

Por Paco Roncero.

INGREDIENTES

Para las doradas:

- 1.600 g de dorada; 10 ml de aceite de oliva 0.4; 10 g de sal fina.

Para los guisantes y alcachofas:

- 180 g de guisantes; 350 g de alcachofas; 50 g de cebolla; 25 g de ajo fresco; 10 ml de aceite de oliva 0.4; 30 g de base de metil.

Para el fumet:

- 250 g de espinas de pescado; 20 g de zanahorias; 20 g de cebollas; un manojo de puerros; 400 ml de agua.

Para la salsa verde:

- 20 g de perejil; 10 g de ajo fresco; 10 g de maicena; 50 ml de vino blanco; 10 g de sal fina; 250 g del fumet de pescado ya elaborado.

ELABORACIÓN

- Descamar las doradas y eliminar las vísceras y branquias del pescado. Dar los cortes oportunos a los lomos del pescado. Se usarán dos medios lomos por ración.
- Para el fumet, lavar las espinas en agua fría; cortar las cebollas, los puerros y las zanahorias. Hervir a partir de agua fría las espinas y verduras durante 20 minu-



tos. Colar y guardar en la nevera hasta su uso.

- Para la salsa verde, rehogar el ajo sin que llegue a tomar color. Añadir el perejil, dejar unos segundos y mojar con el vino blanco, reducir y añadir el fumet. Cocer durante 20 minutos a fuego medio y ligar con maicena. Colar por un chino fino de malla metálica y poner al punto de sal. Mantener caliente hasta el momento de su uso.
- Para los guisantes y alcachofas, rehogar el ajo y la cebolla sin que llegue a coger color en una sartén antiadherente con unas gotas de aceite de oliva. Añadir las alcachofas cortadas en cuartos y los guisantes y cocinar todo junto durante dos

minutos. Mojar con la salsa verde y dejar cocer cinco minutos más. Escurrir y añadir la metileclulosa. Disponer en raciones sobre moldes redondos de un diámetro de seis centímetros.

- Marcar los lomos de dorada hasta que adquieran un ligero color dorado. Terminar en el horno o salamandra.

PRESENTACIÓN

- Colocar en medio del plato los guisantes y alcachofas bien calientes y encima los lomos de dorada.
- Terminar el plato salseando con la salsa verde.

El cocinero madrileño Paco Roncero es el director gastronómico del Casino de Madrid (Alcalá, 15. Tfno. 915 321 275) y de su restaurante La Terraza. También ha inaugurado recientemente, en el corazón de la capital de España, Estado Puro: Las Tapas de Paco Roncero (Plaza de Cánovas del Castillo, 4. Tfno. 91 330 24 00), un "bar de tapas del siglo XXI". ORIGEN le agradece su colaboración.