

# El atún rojo de L'Ametlla de Mar



El atún rojo es muy valorado a nivel internacional. FOTO: CEDIDA

El atún rojo del mediterráneo es un producto de alta calidad gastronómica que ha sido durante siglos un elemento destacado en la dieta mediterránea, en virtud de sus numerosas propiedades nutricionales. Es una excelente fuente de proteínas de alto valor biológico. Es rica en minerales y aporta diferentes vitaminas. En su composición, destaca la presencia de ácidos grasos tipo omega 3, beneficiosos para la salud, ya que está demostrado que previenen enfermedades cardiovasculares, contribuyen al desarrollo intelectual de los niños y mejoran la función pulmonar e inmunológica.

L'Ametlla de Mar cuenta con una de las mayores flotas pesqueras dedicadas a la pesca de este preciado pescado, y con una empresa que se dedica al engorde y exportación internacional del atún rojo con un riguroso proceso de producción para conseguir la máxima calidad y a mejor garantía para el consumidor. Algo que le ha ser-

vido para obtener una fama nacional e internacional en relación con este valorado pescado que se trata de un auténtico manjar.

El atún rojo del mediterráneo se puede encontrar en las cartas y menús de la mayoría de los restaurantes locales, ya sea frito, a la plancha, o cocinado con algunas de las más innovadoras recetas.

El atún rojo también conocido como atún gigante es único y tiene peculiaridades que le hacen muy especial. Entre otras, su incansable pasión por viajar y su fisiología, fruto de esta vida nómada.

Una de las grandes características de este pescado es que se trata de un viajero puede alcanzar los 900 kg de peso y llegar a recorrer 200 km al día y profundidades de hasta 1000 metros en aguas templadas. Eso sí, al atún rojo no le gusta viajar solo, siempre va en grupos o en bancos y mientras cruza los mares se alimentan de caballas, sardinas o anchoas.



## **Buen aliado para la salud.**

El atún rojo tiene mucho omega 3, que ayuda a prevenir enfermedades de corazón y ayudan a mejorar la función pulmonar e inmunológica.