

Raya

Código FAO: SKA

Nombre científico

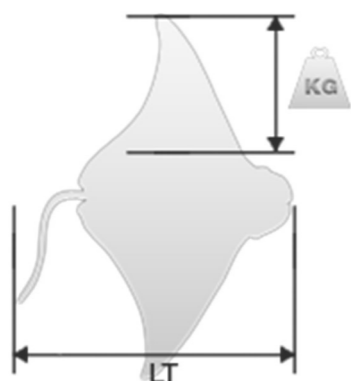
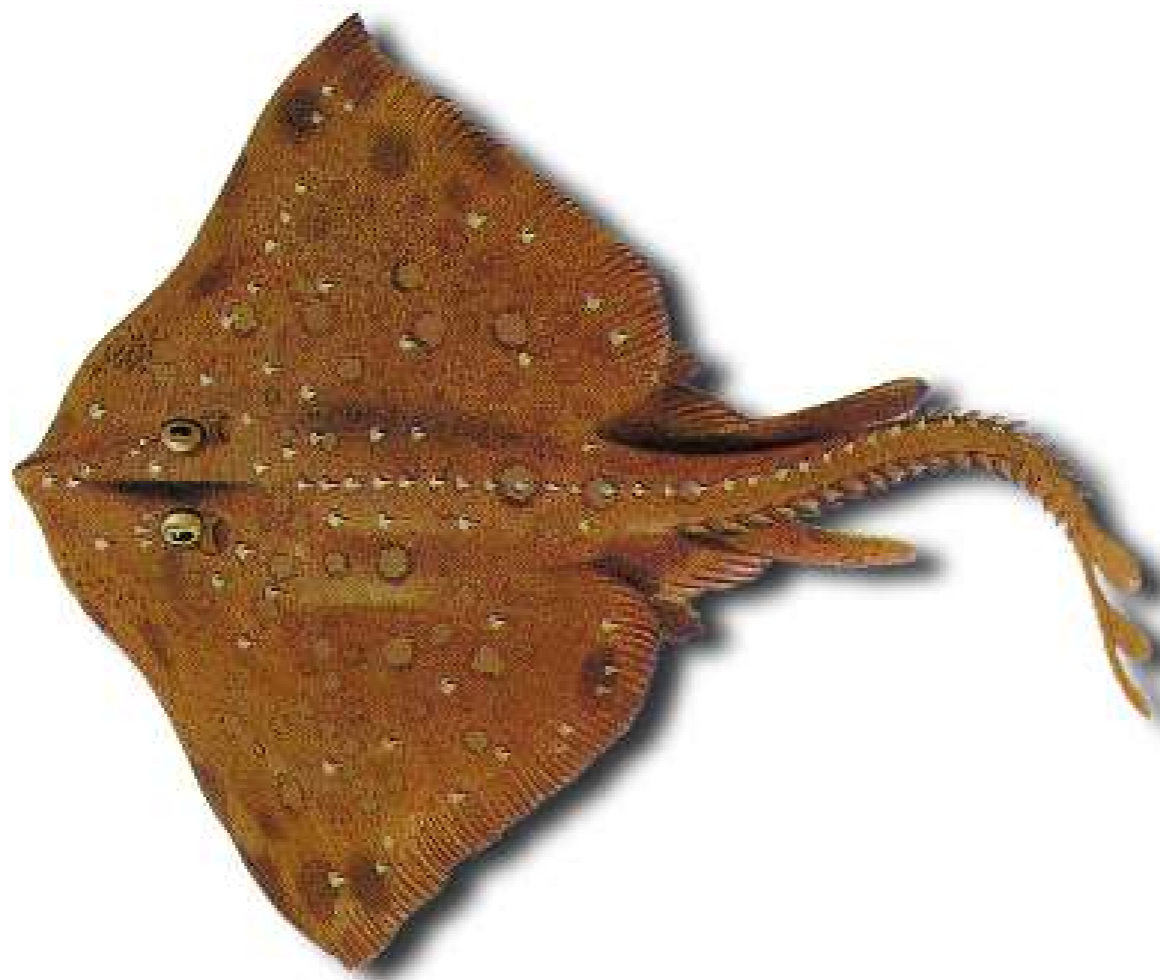
Raja spp

Nombre gallego

Raia

Nombre castellano

Raya



Talla mínima: 40 cm

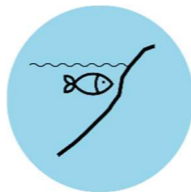
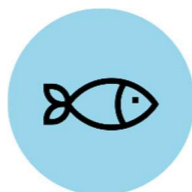
Forma de medición: El tamaño se medirá desde la punta de la cabeza hasta el extremo de la aleta caudal o en función del peso unitario cuando se presenten enteras o solamente las alas

Mejor época de consumo:



ENE FEB MAR ABR
MAY JUN JUL AGO
SET OCT NOV DIC

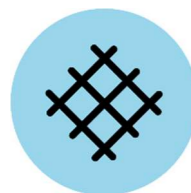
Tipo de producto:
Pescado blanco



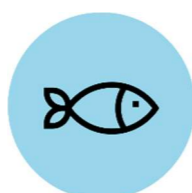
Hábitat:

Viven en zonas de lodo o arenosas de grava y roca entre los 2 y los 60 metros de profundidad, aunque pueden llegar a los 500 metros.

Arte de pesca:
Enmalle



Comercialización:
Fresca



Sabías que...?

Pescado blanco cartilaginoso con cuerpo aplanado en forma de disco o de rombo. El hocico de las rayas es alargado y su piel muy áspera. De uno de los vértices del rombo salen tres apéndices, el central y más largo es la cola. Los ojos se encuentran en el dorso y la boca en la parte inferior del cuerpo. El color del dorso varía entre ocre, castaño y gris y la parte del vientre es blanca. Para desplazarse realizan movimientos ondulatorios de las aletas pectorales. Tienen una dieta muy amplia pero preferentemente se alimentan de crustáceos, moluscos y peces, por eso poseen una poderosa dentadura. Su tamaño va de 60 a 80 cm. aunque puede llegar hasta los 120 cm y 15 kg. En cuanto a su reproducción es interna, las hembras ponen los huevos en unas cápsulas (o petacas) en el fondo de la arena, que son arrastradas hasta nuestras playas.

Las principales especies que podemos encontrar en Galicia: raya boca de rosa (*Raja brachyura*), raya de ojos (*Raja microocellata*), raya de clavos (*Raja clavata*), raya pintada (*Raja montagui*), raya mosaico (*Raja undulata*), raya santiaguesa (*Leucoraja (Raja) naevus*).

Destaca los **minerales** como sodio o magnesio

Aporte de **proteínas** de alto valor biológico

Baixo contido en **graxas**

Otros **minerales:** potasio y fósforo

Rico en **vitaminas** del grupo B (B1, B2, B3, B6 y B12)

Cómo cocinarla:

Especie de temporada que en los meses de invierno está en su mejor momento de consumo ya que como dice el refrán: *En enero la raya sabe a carnero.*

En las Rías Baixas (sobre todo en Portonovo) la receta más clásica es la caldeirada al lado del puerto, con patatas y una ajada con pimientos.

Se consume también frita, guisada, al horno, en escabeche, en salsa verde o en empanada.