

# Acedía

**CÓDIGO FAO:** CET

**Nombre científico**

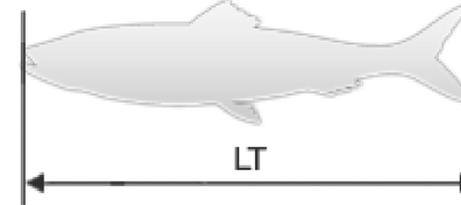
*Dicologlosa cuneata*

**Nombre gallego**

Acedía

**Nombre castellano**

Acedía



**Tamaño mínimo: 15 cm**

El tamaño se medirá desde la punta de la cabeza hasta el extremo de la aleta caudal

**Mejor época de consumo:**

ENE FEB MAR **ABR**  
**MAY JUN JUL AGO**  
SEP OCT NOV DIC

**Modalidad de captura:**

Con artes de enmalle e incluso al cerco cuando se trabaja en fondos de arena

**Tipo de producto:**

Pescado

**Comercialización:**

Fresco

**Hábitat:**

Es una especie bentónica, que vive en fondos de arena y fango, de ahí su cuerpo plano y comprimido lateralmente. Los ejemplares adultos suelen encontrarse entre los 15 y los 100 m de profundidad

Es un pescado muy común en el litoral gallego. Tiene el cuerpo plano, muy comprimido y de forma ovalada y alargada, con los dos ojos en el lado derecho.

Es una especie de pequeño tamaño, que habitualmente no supera los 21 cm de longitud, aunque puede alcanzar los 30 cm. Tiene la piel de color castaño amarillento por la cara donde lleva los ojos, y blanca por el lado ciego. Una característica distintiva de esta especie son los pequeños puntos oscuros que tiene en el dorso.

- ✓ Bajo aporte calórico
- ✓ Rica en proteínas de alto valor biológico
- ✓ Aporta fósforo, calcio, hierro, yodo y cobre
- ✓ Alto contenido en vitaminas del grupo B
- ✓ Rica en Omega 3

## Como cocinarla:

Es un pescado delicioso, de sabor delicado y fácil de desespinar en el plato. Las elaboraciones más socorridas son a la plancha y frito, pero admite cualquier otra preparación pensada para pescados planos.