

## Tanuta, *Spondyliosoma cantharus* (local name Tanudda o Cantara)



### Tanuta



### Black seabream



### Dorade grise



### Chopa



#### CARATTERISTICHE

Livrea molto variabile e forma tozza, dalla colorazione grigio/argentea generalmente priva di macchie scure sul corpo. L'adulto può presentare fasce scure verticali lungo il corpo o strisce dorate orizzontali lungo i fianchi.

#### ABITUDINI E CURIOSITÀ

La tanuta predilige fondi rocciosi o a prateria di posidonia. Nuota in acque libere, ma anche vicino al fondo. Si nutre di piccoli invertebrati, principalmente crostacei e vermi. Appartiene alla stessa famiglia dei saraghi e dei dentici.

#### A CHE PROFONDITÀ VIVE?

Normalmente tra i 10 e i 60 metri, ma si può trovare fino ai 300 metri di profondità.

#### CHE DIMENSIONI RAGGIUNGE?

Comunemente è lunga circa 45 cm, ma può raggiungere anche 60 cm.

#### HA UNA TAGLIA MINIMA DI CATTURA?

No.

#### COME SI PESCA?

Con reti da posta, nasse e palamiti.

#### QUANDO SI TROVA?

Principalmente in primavera/estate.

#### NOTE SU SOSTENIBILITÀ ED ECOLOGIA

L'IUCN (International Union for Conservation of Nature) considera questa specie non soggetta a pericolo di estinzione.

#### NOTE NUTRIZIONALI

La tanuta è un pesce dalle carni bianche e apprezzate, anche se purtroppo ancora non molto richiesto sui nostri mercati.

#### CHARACTERISTICS

It is very variable and has a squat form. It is grey / silver colour generally devoid of dark spots on the body. The adult may have dark bands along the body and vertical or horizontal gold stripes along the sides.

#### HABITS AND CURIOSITY

The Black seabream prefers rocky bottoms or Posidonia. Swimming in open water, but also near the bottom. It feeds on small invertebrates, mainly crustaceans and worms.

#### HOW FAR DOWN DO THEY LIVE?

Normally between 10 and 60 meters, but it can be found up to 300 meters deep.

#### HOW BIG DO THEY GET?

Commonly it is about 45 cm long, but can also reach 60 cm.

#### DO THEY HAVE A MINIMUM SIZE FOR CAPTURE?

No.

#### HOW ARE THEY FISHED?

With gillnets, traps and longlines.

#### WHEN CAN THEY BE FOUND?

Mainly in spring/summer.

#### NOTES ON SUSTAINABILITY AND ECOLOGY

The IUCN (International Union for Conservation of Nature) considers this species not subject to being endangered.

#### NUTRITIONAL NOTES

The Black seabream is a fish with white meat and appreciated, but unfortunately still not in great demand in our markets.

#### CARACTÉRISTIQUES

Livree très variable et forme massive, couleur gris/argente, généralement sans taches sombres sur le corps. L'adulte peut avoir des bandes obscures verticales le long du corps ou des lignes horizontales dorées sur les flancs.

#### HABITUDES ET PARTICULARITÉS

La dorade grise affectionne les fonds rocheux et les prairies de posidonies. Elle nage en eaux libres mais aussi près des fonds. Elle se nourrit de petits invertébrés, principalement des crustacés et des vers.

#### À QUELLE PROFONDEUR VIT-ELLE ?

Normalement entre 10 et 60 mètres mais on peut la trouver jusqu'à 300 mètres de profondeur.

#### QUELLE EST SA TAILLE ?

Elle mesure communément 45 cm mais elle peut atteindre 60 cm.

#### Y A-T-IL UNE TAILLE MINIMALE DE CAPTURE ?

No.

#### COMMENT SE PÊCHE-T-ELLE ?

Avec des filets mailants, des nasses et des palangres.

#### QUAND LA TROUVE-T-ON ?

Principalment au printemps et en été.

#### REMARQUES SUR LA VIABILITÉ ET L'ÉCOLOGIE

L'IUCN (International Union for Conservation of Nature) considère que cette espèce n'est pas en danger d'extinction.

#### REMARQUES NUTRITIONNELLES

La dorade grise est un poisson à la chair blanche et appréciée, même si, hélas, elle n'est pas encore très demandée sur nos marchés.

#### CARACTERÍSTICAS

Librea muy variable y forma rechoncha, de color gris plateado, generalmente sin manchas oscuras en todo el cuerpo. El adulto puede presentar franjas oscuras verticales por todo el largo del cuerpo y bandas longitudinales doradas en los flancos.

#### COSTUMBRES Y CURIOSIDADES

La chopra prefiere fondos rocosos o la pradera de posidonia, nada en aguas abiertas pero también en aguas más profundas. Se alimenta de pequeños invertebrados especialmente de crustáceos y gusanos.

#### ¿A QUÉ PROFUNDIDAD VIVE?

Por lo general entre 10 y 60 metros pero también se le puede encontrar hasta a 300 metros de profundidad.

#### ¿QUÉ TAMAÑO ALCANZA?

Normalmente mide 45 cm pero puede alcanzar los 60 cm.

#### ¿TIENE UNA TALLA MÍNIMA DE CAPTURA?

No.

#### ¿CÓMO SE PESCA?

Generalmente con redes enmalle, nasas y palangre.

#### TEMPORADA DE PESCA

Principalmente en primavera y verano

#### NOTA SOBRE SOSTENIBILIDAD Y ECOLOGIA

La IUCN (International Union for Conservation of Nature) considera esta especie no sujeta a peligro de extinción

#### NOTAS NUTRICIONALES

La chopra es un pez de carne blanca y apreciada, lamentablemente no tiene mucha demanda en nuestros mercados.

## Tanuta, *Spondyliosoma cantharus* (local name Tanudda o Cantara)



### TANUTA AL SALE GROSSO



#### Ingredienti per 2 persone

1 tanuta grande  
limone  
prezzemolo  
erba cipollina  
timo  
cipolla  
maggiorana  
aglio  
sale grosso q.b.

#### Procedimento

Pulire e lavare il pesce senza squamarlo. Cospargere la teglia con uno strato di circa 1 cm di sale grosso. Riempire il ventre della tanuta con un trito di prezzemolo, erba cipollina, timo, maggiorana, aglio, cipolla e qualche fetta sottile di limone. Disporre il pesce nella teglia e coprirlo completamente con il sale grosso. Cuocere in forno a 180 gradi per circa 30 minuti e servire.

### BLACK SEABREAM COCKED WITH COARSE SALT



#### Serves 2

1 large Black seabream  
lemon  
parsley  
Chives  
thyme  
onion  
marjoram  
garlic  
salt

#### Method

Clean and wash the fish without scraping the scales. Sprinkle the pan with a layer of about 1 cm of coarse salt. Fill the belly of Tanuta with chopped parsley, chives, thyme, marjoram, garlic, onion and a few thin slices of lemon. Place the fish in the pan and cover it completely with coarse salt. Bake at 180 degrees for about 30 minutes and serve.

### DORADE GRISE AU GROS SEL

#### Ingrédients pour 2 personnes

1 dorade grise  
citron  
persil  
ciboulette  
thym  
oignon  
marjolaine  
ail  
gros sel q.s.

#### Recette

Nettoyer et laver le poisson sans l'écailler. Dans un plat, étaler une couche d'environ 1 cm de gros sel. Remplir le ventre de la dorade grise avec un mélange haché de persil, de ciboulette, de thym, de marjolaine, d'ail, d'oignon et quelques fines tranches de citron. Disposer le poisson dans le plat et le recouvrir entièrement de gros sel. Cuire au four à 180° pendant environ 30 minutes et servir.

### CHOPA A LA SAL GRUESA



#### Ingredientes para 2 personas

1 chopa grande  
Limón  
Perejil  
Cebollina  
Tomillo  
Cebolla  
Mejorana  
Ajos  
Sal gruesa (cantidad necesaria)

#### Preparación

Limpiamos y lavamos el pescado sin sacarle las escamas. En una bandeja para hornear extendemos la sal gruesa hasta crear una capa de 1 cm. Rellenamos el ventre de la chopa con perejil, cebollina, tomillo, ajo, cebolla, mejorana, cebolla, todo picado y algunas tajadas finas de limón. Colocamos el pescado en la bandeja y lo cubrimos por completo con la sal. Horneamos la chopa a 180°C por aproximadamente 30 minutos y servimos.