



Wild Alaska

## PEȘTII PLAȚI DE ALASKA

### FOLOSIRE PE LARG ÎN BUCĂTĂRIE ȘI POPULARITATE ÎN RÂNDUL CONSUMATORILOR

Peștii plați de Alaska au carnea slabă, fragedă, cu un gust delicat, ceea ce le asigură popularitatea în rândul consumatorilor. Carnea cu puține calorii a peștilor din această familie este folosită pe larg în bucătărie, la prepararea atât a bucatelor simple, cât și a bucatelor naționale mai sofisticate.

### ACCESIBILITATEA PRODUSELOR PE TOT PARCURSUL ANULUI

Toate tipurile de pește și fructe de mare din Alaska sunt sălbatice și ecologice, iar pescuitul este sustenabil, cu scopul de a păstra și pe viitor belșugul de pește și fructe de mare. În Alaska se pescuiesc câteva specii de pești plați, inclusiv *Microstomus pacificus*, *Hippoglossoides elasmobranchus*, *Errex zachirus*, *Pleuronectes bilineatus*, *Pleuronectes asper*, *Pleuronectes quadrituberculatus* și *Atheresthes stomias*. Pescuitul se face în Alaska de sud-est, în Marea Bering și golful Alaska, iar produsele pescuite sunt accesibile pe întreg parcursul anului.

### CARNE CU GUST DELICAT ȘI TEXTURĂ MOALE

Datorită gustului suav și delicat, culorii albe perlate și structurii fine, dar cărnose, peștii plați de Alaska se bucură de o mare popularitate în rândul consumatorilor.

### UȘOR DE PREPARAT

De cele mai dese ori peștii plați de Alaska sunt livrați pe piață sub formă de file fără piele și oase, gata de consum; fileurile sunt ușor de preparat, iar în procesul de gătit practic nu rămân deșeuri. În plus, peștii plați sunt vânduți la prețuri rezonabile. Cele mai potrivite moduri de preparare sunt fierberea, gătitul la aburi și prăjirea pe tigaie, ceea ce face ca peștii plați de Alaska să fie ideali pentru consumatorii moderni, care au grijă de sănătatea lor.

### PESCUITUL SUSTENABIL, CU GRIJĂ PENTRU VIITOR

Alaska a devenit prima regiune care a aplicat standardul pescuitului sustenabil și ecologic. Spre deosebire de multe alte regiuni, în Alaska sunt luate măsuri de protecție a populațiilor de pești împotriva pescuitului în exces, precum și măsuri de protecție a mediului. Prin măsurile date de asigurare a pescuitului sustenabil și ecologic, Alaska protejează și păstrează pentru viitoarele generații rezervele de pește și fructe de mare de înaltă calitate.



Wild, Natural & Sustainable®

Achiziționând produse cu logoul „Fructe de mare din Alaska”, susțineți pescuitul sustenabil și ecologic de pește și fructe de mare.

## PEȘTII PLAȚI DE ALASKA



### PROPRIETĂȚI NUTRITIVE

Mărimea porției: 3,5 uncii (100 g)

Conținutul într-o porție de pește prelucrată termic

Calorii	120
Proteine	24 g
Conținutul total de grăsimi	1,5 g
Grăsimi saturate	0 g
Sodiu	390 mg
Colesterol	65 mg
Acizi grași Omega-3	500 mg



### DENUMIRILE COMUNE/ȘTIINȚIFICE:

- Pești plați de Alaska / Cambulă
- *Pleuronectes quadrituberculatus*
- *Artheresthes stomias*
- *Microstomus pacificus*
- *Hippoglossoides elas sodon*
- *Errex zachirus*
- *Pleuronectes bilineatus*
- *Pleuronectes asper*

### SEZONUL DE PESCUIT:

- Pescuitul are loc pe tot parcursul anului

### DIMENSIUNI:

- Masa medie a unui pește întreg: 1—5 livre (0,45—2,27 kg)
- Masa medie a fileului de *Pleuronectes quadrituberculatus*: 3—10 uncii (85—284 g)
- Masa medie a fileului de *Artheresthes stomias*: 3—8 uncii (85—227 g)
- Masa medie a fileului de *Microstomus pacificus*: 5—10 uncii (142—284 g)
- Masa medie a fileului de *Hippoglossoides elas sodon*: 2—7 uncii (57—199 g)
- Masa medie a fileului de *Errex zachirus*: 3—8 uncii (85—227 g)
- Masa medie a fileului de *Pleuronectes bilineatus*: 2—5 uncii (57—142 g)
- Masa medie a fileului de *Pleuronectes asper*: 2—5 uncii (57—142 g)

### HABITATUL:

- Peștii plați de Alaska se găsesc pe fundul apelor, la adâncimi de la 2 până la 1371 metri

### MODUL DE PESCUIT:

- Pescuit cu traule

### CONTROLUL SIGURANȚEI PRODUSELOR ALIMENTARE:

- Sistemul HACCP (sistemul de analiză a riscurilor și a punctelor critice de control)

### ADITIVI ALIMENTARI:

- Nu

### FORMA DE PUNERE ÎN VÂNZARE A PRODUSELOR:

- Pește întreg
- Pește eviscerat / fără cap
- File

### AMBALAREA PRODUSELOR:

- Pește proaspăt: file în pungi de polietilenă, cu greutatea de 5, 10 și 15 livre (2,27; 4,54 și 6,8 kg) sau containere din plastic cu greutatea de 10, 12 sau 20 livre (4,54; 5,44 sau 9 kg)
- Pește congelat: eviscerat fără cap, în pungi a câte 35—42 livre (15,9—19,05 kg); file congelat individual prin metoda rapidă, în cutii a câte 10, 25 și 40 de livre (4,6; 11,4 și 18,2 kg)

### SURSE DE HRANĂ:

- Placton, viermi, bivalve, ofiuride și crustacee mici

### INFORMAȚII SUPLIMENTARE:

- Carnea tuturor peștilor plați este fragedă, cu o consistență medie și un gust dulceag
- Majoritatea fileurilor sunt subțiri, cu excepția fileului de *Errex zachirus* și *Hippoglossoides elas sodon*, care sunt mai groase



Wild, Natural & Sustainable®

**Sediul central ASMI:**  
Strada N. Franklin nr. 311, biroul 200  
Juneau, AK 99801  
**Telefon:** +1 907 465 5560  
**Apel gratuit (pentru SUA și Canada):**  
+1 800 478 2903  
**Fax:** +1 907 465 5572  
info@alaskaseafood.org

**Biroul Național de Marketing  
din SUA:**  
Strada Nickerson nr. 150, biroul 310  
Seattle, WA 98109  
**Telefon:** +1 206 352 8920  
**Fax:** +1 206 352 8930  
marketing@alaskaseafood.org  
alaskaseafood.org

**Reprezentant în Europa de est:  
Crisp Consulting**  
**Telefon:** +380 (67) 797 38 28  
eeu@alaskaseafood.org  
eeu.alaskaseafood.org

Informații detaliate și materiale publicitare puteți găsi pe site-ul Institutului pentru marketingul fructelor de mare din Alaska (ASMI)  
eeu.alaskaseafood.org