

Raia

Código FAO: SKA

Nome científico

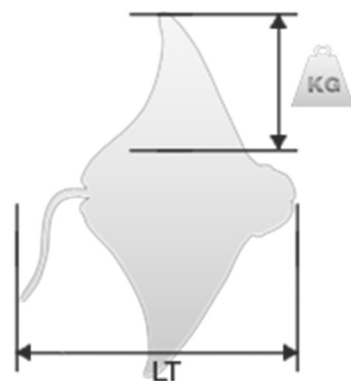
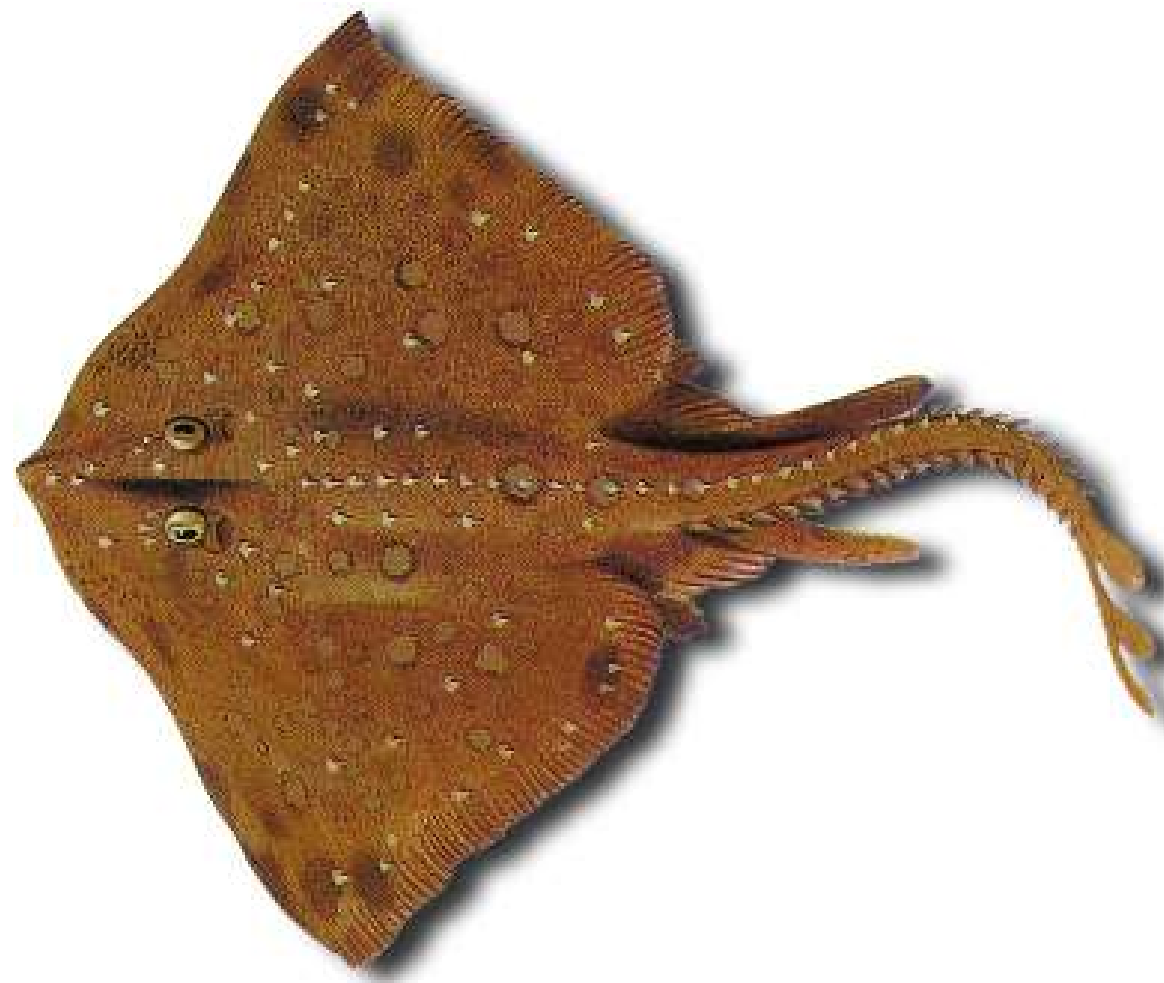
Raja spp

Nome galego

Raia

Nome castelán

Raya



Tamaño mínimo: 40 cm

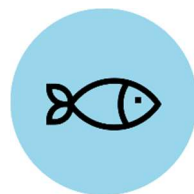
Forma de medición: O tamaño medírase desde a punta da cabeza ata o extremo da aleta caudal ou en función do peso unitario cando se presenten enteiras ou soamente as ás

Mellor época de consumo:



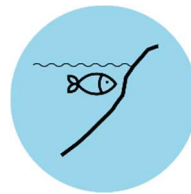
XAN FEB MAR ABR
MAI XUN XUL AGO
SET OUT NOV DEC

Tipo de produto:
Peixe branco

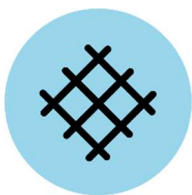


Hábitat:

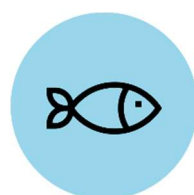
Viven en zonas lamacentas ou areosas de grava e rocha entre os 2 e os 60 metros de profundidade, aínda que poden chegar aos 500 metros.



Arte de pesca:
Enmalle



Comercialización:
Fresca



Sabías que...?

Peixe branco cartilaxinoso con corpo aplanado en forma de disco ou de rombo. O fociño das raia é alongado e a súa pel moi áspera. Dun dos vértices do rombo saen tres apéndices, o central e máis longo é o rabo. Os ollos atópanse no dorso e a boca na parte inferior do corpo. A cor do dorso varía entre ocre, castaño e gris e a parte do ventre é branca. Para desprazarse realizan movementos ondulatorios das aletas pectorais

Teñen unha dieta moi ampla pero preferentemente aliméntanse de crustáceos, moluscos e peixes por iso posúen unha poderosa dentadura. O seu tamaño vai de 60 a 80 cm aínda que pode chegar ata os 120 cm e 15 kg.

En canto á súa reprodución é interna, as femias poñen os ovos nunhas cápsulas (ou petacas) no fondo da area, que son arrastradas ata as nosas praias.

As principais especies que podemos atopar en Galicia: raia de boca rosa (*Raja brachyura*), raia coreada (*Raja microocellata*), raia cravuda (*Raja clavata*), raia de pintas (*Raja montagui*), raia riscada (*Raja undulata*), raia santiaguesa (*Leucoraja (Raja) naevus*).

Destaca os
minerais
como sodio o
magnesio

Aporte de
proteínas
de alto valor
biolóxico

Baixo contido
en **graxas**

Outros
minerais:
potasio e
fósforo

Rico en
vitaminas do
grupo B (B1,
B2, B3, B6 e
B12)

Como cociñala:

Especie de tempada que nos meses de inverno está no seu mellor momento de consumo xa que como di o refrán: *En xaneiro a raia sabe a carneiro*.

Nas Rías Baixas (sobre todo na vila de Portonovo) a receita máis clásica é a caldeirada ao pé do porto, con patacas e unha allada con pementos.

Consúmese tamén frita, guisada, ao forno, en escabeche, en salsa verde ou en empanada.