



El 2017 es van subhastar a Catalunya 246 tones de maire, per un import total de 901.830 € i amb preu mig a llotja de 3,6 €/Kg.

Nom científic *Micromesistius poutassou*

Sin. Lluça, Llúcera, Maire, Mare de lluç, Pixota, Tabanc

Trad. Bacaladilla (esp); Merlan blue (fra); Blue within (eng)

Talla màxima 50 cm,
comuna de 15 a 30 cm

Com el reconeixeràs?

Cos allargat, fusiforme i lleugerament aplanat lateralment. Ulls grans i rodons. Tres aletes dorsals (a la part superior del cos) i dues aletes anals (a la part inferior del cos). Coloració gris marronós o blavós, més clara a la regió ventral. Cavitat bucal blava o lilosa

Com es pesca?

Es pesca amb arts d'arrossegament i amb palangres de fons.
Talla mínima legal de captura: 15 cm.

On viu?

A la nit viu entre dues aigües i a prop del fons fangós, entre els 80 i els 800 m de profunditat. Forma bancs particularment densos a l'estiu. S'alimenta de petits crustacis i rarament de peixos. Es reproduïx a partir del mes de febrer. Es troba a la Mediterrània occidental i, a l'Atlàntic oriental, des d'Islàndia fins al Marroc.

Com es cuina?

L'espècie és molt abundant, però s'ha devaluat en els darrers anys, malgrat ser molt utilitzada en la cuina marinera tradicional. Accepta una gran diversitat de coccions i preparacions.

A la dieta

Peix de carn blanca, fina i fàcil de digerir. L'únic inconvenient que presenta és que es fa malbé aviat. Té poca espina fet que el fa apte per a múltiples preparacions culinàries i per a tot tipus de persones. Un aliment ric en proteïnes d'alt valor biològic i poc greix, anirà bé per a dietes baixes en calories.

MAIRE | ALS FOGONS

Tipus de receptes que es poden fer amb aquesta espècie:

Canelons de peix
Crema de peix amb patates al forn
Cruixent de maire
Maire arrebossada amb salsa pesto

Pastís de peix
Suquet

PASTÍS DE PEIX 4-6 persones

1,5 kg de maire
4 ous
1 albergínia
1 ceba
sal al gust
3 dl d'oli d'oliva
sal

PREPARACIÓ

Tallem les verdures a talls petits.

En una paella posem un raig d'oli d'oliva i les saltegem, començant per la ceba, i després l'albergínia.

A part, netegem el peix i el desfem amb els dits.

Saltegem el peix en una paella a foc baix durant 4 minuts.

Posem en un got triturador les verdures saltejades i el peix. Ho triturem amb l'ajuda d'un braç triturador.

Afegim els ous, la sal i el pebre.

Ho barregem tot i omplim els motlles.

Ho cuinarem al bany maria al forn a 150 °C durant 20 minuts.