



*La Cocción del Marisco*  
*El simple secreto de una tradición*



*Pescados y Mariscos de Isla Cristina*  
**959 87 07 07**

## La Cocción

- 1. Preparar un recipiente con hielo y agua.*
- 2. Poner a hervir agua en una olla añadiendo la sal correspondiente hasta llevar a ebullición.*
- 3. Introducir las gambas en el agua hirviendo, esperar a que vuelva a hervir y retirar.*
- 4. Introducir en el recipiente con hielo y agua para cortar la cocción y retirar cuando estén frías.*

*Se puede añadir una hojita de laurel, pero eso es cuestión de gusto.*

*La Sal en vez de al agua de la olla se puede añadir al agua con hielo para hacer una salmuera.*

<u>Especie Marisco</u>	<u>Grs sal/litro de agua</u>	<u>Tiempo mín.</u>
<i>Bocas</i>	45	10
<i>Bogavante grande-mediano</i>	70	30-20
<i>Buey grande-mediano</i>	70	20-18
<i>Camarones</i>	70	ebullición
<i>Cangrejos</i>	45	6
<i>Cañailas</i>	30	8
<i>Centollo grande-mediano</i>	70	18-15
<i>Cigala grande-mediana</i>	70	8-5
<i>Gambas</i>	50	ebullición
<i>Langosta</i>	70	20
<i>Langostinos</i>	50	ebullición
<i>Nécora grande-peq.</i>	70	7-5
<i>Percebes</i>	70	ebullición

# Recomendaciones Generales

*Mantener el marisco siempre refrigerado*

*Lavar siempre el marisco antes de cocinarlo*

*Cubrirlo siempre con un paño impregnado en agua para que no pierda el grado de humedad necesario*

*En caso de vivalvos (coquinas, almejas, chirlas, etc.) mantenerlos siempre bien apretados dentro de la malla suministrada.*



[info@ladespensadelmar.com](mailto:info@ladespensadelmar.com)

959870707

Bda. Román Pérez s/n 21410 Isla Cristina, Huelva

