

¿Cómo identificar si un pescado está fresco?



Aprende a identificar
cuándo está en buen
estado y cuándo no
comprarlo.

Carne firme

Al presionar el
pescado, la carne
vuelve a su forma.

Branquias rojas o rosadas

Deben ser húmedas
y brillantes.

Ojos brillantes

Deben verse
transparentes y
sobresalientes.

Escamas brillantes y bien adheridas

Deben estar firmes y
con brillo metálico.

Lo que está
BIEN



Olor suave

El pescado fresco
tiene olor natural, no
desagradable.

Branquias oscuras

Color verde, gris
o marrón indica
deterioro.

Ojos hundidos u opacos

Es señal de que
el pescado no
está fresco.

Olor fuerte

o desagradable
Un olor intenso o a
descomposición es
señal de alerta.

Carne blanda

Si al presionar
queda la marca
del dedo, no lo
compres.

Escamas opacas o sueltas

Si se desprenden
fácilmente, el pescado
está alterado.



Lo que está
MAL



Elegir bien los alimentos

protege
tu salud.

