

SARDINA



¡Nos ayuda a
mantener una
buena vista!

Nombre común: Sardina

Nombre científico: *Sardina pilchardus*

Cuerpo alargado cubierto de escamas brillantes con el lomo azulado verdoso y la barriga plateada y con una línea lateral azul brillante.

Tiene en total 5 aletas, siendo la caudal bífida y simétrica, característica de los peces azules.



Animal errante gregario. Durante el día habita a mayores profundidades que a la noche, cuando se pesca con redes de arrastre en la superficie.

Fuente de vitamina A, el Retinol, nos ayuda a mantener una buena vista, y de vitamina D y ácido graso Omega 3.