

Peix i marisc

Consells de seguretat alimentària

Sempre que preparis plats amb **peix cru o poc fet** com:

- carpaccio
- cebiche
- escabetx
- fumats freds
- sashimi
- seitó en vinagre
- sushi
- tataki

Congela el peix a -20 °C durant 48 hores

Recorda!

Per a una alimentació saludable menja **2-3 racions de peix a la setmana i d'espècies variades.**

