

GAROUPA (CABO VERDE)

- **Clasificación científica:**

- Reino: Animalia
- Filo: Chordata
- Clase: Actinopterygii
- Orde: Perciformes
- Familia: Serranidae
- Xénero: *Epinephelus*
- Especies comúns:
Epinephelus marginatus
(garoupa común) e
Epinephelus guaza (garoupa branca ou dourada).



- **Descrición:** A garoupa é un peixe de corpo robusto e grande, cunha pel espesa que pode ter tonalidades marróns, amarelas ou verdes con manchas. A súa carne é firme e sabrosa, o que fai que sexa moi apreciada na gastronomía. Pode chegar a medir máis de 1 metro e pesar varios quilos, aínda que os exemplares máis comúns son de tamaño medio.

Hábitat e Bioloxía:

- A garoupa habita nas augas costeiras rochosas, preferindo fondos marinos rochosos ou de coral. Gústalle as augas cálidas, normalmente entre os 18 e os 24 graos centígrados.
- Son peixes solitarios ou que viven en pequenas colonias. A súa alimentación está baseada en crustáceos, peixes pequenos e moluscos.
- A súa reprodución é sexual, e as femias poden poñer miles de ovos durante cada ciclo reprodutivo.

Usos Culinarios:

Na gastronomía de Galicia e doutros lugares do litoral atlántico, a garoupa é moi valorada. Algunhas das preparacións máis comúns son:

- **A grella:** Unha das formas máis tradicionais de cociñar a garoupa é á grella, acompañada de aceite de oliva, allo e herbas frescas.
- **Caldeirada:** Un prato tradicional galego de peixe no que se inclúe a garoupa, xunto con outros peixes e mariscos, como percebes, ameixas, e conxelados como patacas, cebolas e tomate.
- **Sopas ou estofados:** A garoupa tamén é moi utilizada para facer sopas de peixe e estofados, aproveitando a súa carne saborosa e firme.

Curiosidad:

- **Importancia cultural:** A garoupa é un peixe moi valorado non só polo seu sabor, senón tamén polo seu valor económico. En Galicia e outras rexións costeiras, é considerada unha das delicias do mar.