

L

Langostino

Langostino

Shrimp/Prawn

Penaeus kerathurus

Características y hábitat

El langostino es un crustáceo decápodo marino que vive en fondos arenosos a poca profundidad (a unos 20 metros, aunque puede llegar a los 90 m). Pasa la mayor parte del tiempo enterrado bajo la arena, salvo sus ojos, preparado para acechar a moluscos y otros crustáceos.

Las especies más comercializadas son:

P. monodon: Langostino tigre gigante o jumbo. De gran tamaño y con bandas transversales muy marcadas.

P. japonicus: Langostino tigre japonés. De pequeño tamaño y aspecto atigrado.

P. esculentus: Langostino tigre marrón. Cuerpo muy 'atigrado' en tonos marrones.

P. vannamei: Langostino blanco del Pacífico.

P. latisulcatus: Langostino Marfil, por el color de su cuerpo.

P. indicus: Langostino de la India. Cuerpo amarillo claro.

Composición Nutricional del Langostino (Por cada 100 gr. de porción comestible)

Energía (Kcal)	93	Magnesio (mg)	76
Proteínas (gr)	20,1	Zinc (mg)	3,6
Lípidos Totales (gr)	1,4	Sodio (mg)	146
A.G saturados (gr)	0,22	Potasio (mg)	266
A.G monoinsaturados (gr)	0,3	Fósforo (mg)	259
A.G poliinsaturados (gr)	0,45	Selenio (microgr.)	24
w-3 (gr)	0,388	Ácido fólico (microgr.)	3
w-6 (gr)	0,027	Vitamina A (microgr.)	9
Colesterol (mg)	200	Vitamina B6 (microgr.)	0
Agua (gr)	78,5	Vitamina B12 (microgr.)	1
Calcio (mg)	220	Vitamina E (mg)	1,10
Hierro (mg)	1,9		

Fuente: MARM-FEN



Época de captura

El langostino *penaeus kerathurus*, de mayo a septiembre. Los de cultivo, todo el año.

Zonas de captura

El langostino, tanto salvaje como de cultivo, está presente en mares y océanos de todo el mundo.

— Zonas de captura