

# SIN ANISAKIS

## ANISAKIS

Parásito del pescado que puede causar daños a las personas si lo ingieren sin antes destruirlo

## EVISCERA

Limpia bien el pescado y quita las vísceras lo antes posible

## COCINA

Cocina bien el pescado. El Anisakis no resiste el calor, cocínalo a más de 60°C

## CONGELA

el pescado si vas a comerlo CRUDO. El Anisakis muere si lo congelas a -20°C durante, al menos, 24 horas

**Come saludable**