



CHOCO, JIBIA O SEPIA

► DENOMINACIONES

Nombre científico: *Sepia officinalis*, molusco cefalópodo* decápodo perteneciente a la familia sepiidae.

*Moluscos cefalópodos: “pies en la cabeza” (cefalópodo), constan de una concha interna bastante reducida, caso calamar y sepia, o que puede llegar a faltar por completo como en el pulpo, 8 patas o brazos alrededor de la boca con ventosas y una glándula que segrega tinta. Se dividen en octópodos (8 patas) y decápodos (8 patas y 2 tentáculos retráctiles).

Otras denominaciones comunes:

España: Choco (Andalucía y Galicia), sépia (Cataluña y Valencia), jibia, txautxa, txoko (País Vasco), cachón (Cantabria), etcétera.

Otros idiomas y países:

Seiche, chibia (francés).

Cuttlefish (inglés).

Seppia, siccia (italiano).

Chôco (portugués).

Gemeiner Tintenfisch, sepie (alemán).

► ASPECTOS GENERALES

Cefalópodo clasificado dentro de los decápodos por poseer diez brazos, ocho cortos, con cuatro hileras de ventosas, y dos contráctiles, mucho más largos, que únicamente tienen ventosas en los extremos donde son algo más anchos. También posee una glándula que segrega tinta, utiliza-

Ventas por variedades. Porcentajes sobre total anual. Datos de la Red de Mercas

Sepia fresco (entera y sucia) y semiconserva* (entera y limpia)	40
Sepia congelado (entera y limpia)	30
Sepia congelado (entera y limpia) (bloque)	30
Por tallas	
Grande: +500 g	20
Mediana: 300-500 g	60
Pequeña: 200-300 g y -200 g	20

* Descongelada y refrigerada.

Temporada o mejor época de consumo

Origen	Temporada	Los mejores
Producto nacional	<i>Todo el año*</i>	En los meses fríos, sobre todo para su degustación en fresco.
Producto importación	<i>Todo el año*</i>	

* La estacionalidad no se manifiesta en los mercados al compensarse el descenso estacional de capturas con las importaciones.

da como defensa y, además, sirve de camuflaje. Se comercializa fresco y congelado en similares proporciones. En la Red de Mercas, el tercero en importancia en volumen de ventas dentro del grupo de mariscos, moluscos y crustáceos frescos casi un 10% del total y hasta el 15% en el de congelados. En conjunto, las ventas en 2006 oscilaron entre las quince y veinte mil toneladas. Un producto bastante popular, y asequible, con un índice de compra que se calcula superior al 80%. Se puede

Principales áreas de distribución

Abundan en el **ATLÁNTICO ESTE**, de los Mares del Norte Bálticos a Sudáfrica, y el **MEDITERRÁNEO**. Bastante común en Canarias.



encontrar en el mercado durante todo el año procedente de distintos orígenes.

► DESCRIPCIÓN Y CARACTERÍSTICAS

A este cefalópodo se le distingue por su cuerpo macizo de mediano tamaño, ancho, oval, casi rectangular, aplanado, con una longitud entre los 20 y 40 cm, aunque las de mayor tamaño pueden alcanzar hasta los 60 cm. Colores marmó-



¿Qué tipologías son más apreciadas y por qué?

Sepia, jibia o choco (*Sepia officinalis*)

- Se comercializa todo el año. El producto nacional suele dominar en el mercado durante la primavera y al inicio del estío, sobre todo para fresco. Congelado y conserva son otros destinos. En fresco se comercializa “sucía” (sin limpiar) y limpia en el caso del congelado. Color algo amarillento, el Choco canario (*Sepia bertheloti*) tira a rosado y sus aletas más anchas que el común.

Choquito (*Sepia elegans*)

- Llamada también “almendrita” o “castañita” en el Golfo de Cádiz. Similar a la *Sepia officinalis* pero de pequeño tamaño. Puede llegar a medir hasta 6 cm de longitud. Boca rodeada de 8 brazos, con dos hileras de ventosas dispuestas en zigzag. Concha más estrecha que alargada. El margen del manto forma un ángulo agudo sobre la cabeza. Preferentemente en el Atlántico y Mediterráneo. Se pesca igual que la sepia con nasas, cebo, trasmallo y artes de arrastre. Color castaño.

* Choquito picudo, chopito o choquito (*Sepia orbignyana*)

- Color rosa más intenso, se caracteriza por un pincho o protuberancia presente en el extremo posterior del manto como prolongación de la cocha o sepión. De menor tamaño que la *S. officinalis* pero mayor que la *S. elegans*. Se venden y consumen enteros, frescos y congelados, enharinados y fritos.

*Choco indio (*Sepia aculeata*)

- Difícil de distinguir con la *Sepia officinalis*, se suele presentar congelada y limpia en los mercados, procedente de la India. Compite en nuestros mercados con la nacional, al igual que el potón del Pacífico (*Dosiducus gigas*), que no es un choco sino una pota (distinto género), con forma de torpedo, alada en el vértice, más grande y grueso que la sepia y que se vende, en congelado, como “anillo de sepia”.

Otros decápodos

Sepiolas o globitos (*Sepiola spp*)

- Son otro tipo de sepia que, al igual que los calamares, no presentan las dos aletas en la punta del manto. Sí muestran sin embargo dos protuberancias características en forma de globo. Cuerpo corto y redondeado.

Especies más destacadas:

- Globito o sepiola (*Sepiola rondeleti*), procedente del Mediterráneo.
- Globito robusto (*Rossia macrossoma*), llamado también chopo, chopito o globito, de mayor tamaño y color casi rojizo con el dorso azulado.
- Globito tierno (*Semirossia tenera*), las protuberancias se parecen más a las aletas de los calamares.
- Sepiola de hondura (*Sepiola atlántica*), procedente del Atlántico, de la zona del Canal de la Mancha.

* Los llamados impropriamente “chopitos” se corresponden con las especies *S. orbignyana* y *S. aculeata*, de pequeño tamaño, suelen encontrarse en zonas de aguas más profundas que el choco ordinario (*S. officinalis*).

reos en tonalidades variables, del grisáceo pálido al marrón oscuro o pardo, con reflejos malvas. El borde del manto dorsal forma un lóbulo obtuso entre los ojos. Brazos, 8 en total, distribuidos en pares en torno a la boca con 4 filas de ventosas, y dos tentáculos, unas 3 veces más largos, retráctiles y finalizados en una paleta o maza provista de ventosas desiguales usada para la captura de sus presas y reproducción. Se desplaza, con movimientos ondulantes, gracias a las dos aletas que recorren todo su cuerpo, desde la cabeza hasta el final del manto, en cortas distancias y mediante la emisión de un chorro de agua a presión a través de una abertura corporal (sifón) situada detrás de la cabeza. Este mismo sifón, al igual que en el calamar o pulpo, le sirve para despedir un chorro de tinta que le permite oscurecer el agua y evadirse de sus enemigos. Su concha (denominada xibión, jibia, sepión), de naturaleza calcárea, cubierta por el manto, la diferencia de otras de su especie por tener los lados casi paralelos y asemeja una quilla. Depredador que se camufla entre la arena cambiando el color de su piel para sorprender a sus presas. Cuando éstas se aproximan se acerca cautelosamente y lanza sus dos tentáculos prensores para atraparlas y agarrarlas con los otros ocho, paralizándolas, para a continuación matarlas con un pico córneo que posee en la boca. Carnívoro, se alimenta básicamente de crustáceos, peces pequeños y otros moluscos. Con un crecimiento rápido, llega a su madurez sexual al cabo del año o año y medio de edad, con 9 cm de longitud. La talla máxima que puede alcanzar en función de la longitud del manto es de 35 cm. Tiene sexos separados y la fecundación tiene lugar entre febrero y octubre. A diferencia de otros cefalópodos que mueren nada más desovar, la sepia hembra puede llegar a poner hasta 3.000 huevos a lo largo de su vida, sin llegar a morir. Los huevos fecundados, del tamaño de una uva, los deposita sobre piedras, algas o similares y los recubre de tinta para camuflarlos de los depredadores.

► HÁBITAT

Especie demersal, nerítica, puede vivir en todo tipo de profundidades, desde



aguas litorales a marinas de más de 100 m. Además, se adapta a gran variedad de paisajes, arenosos, rocosos e incluso a praderas de algas (posidonias, etc.), aunque tiene predilección por las hendiduras para ocultarse y nadar entre las escolleras. Se alimentan de gambas, cangrejos y pequeños peces.

► MÉTODO DE CAPTURA O ARTES DE PESCA

Nasas, trasmallos y redes de arrastre son las principales artes de pesca empleadas. También se pueden utilizar, en aguas poco profundas, distintos aparejos artesanales, señuelos, jibioneras, guadañas, femieiros* y poteras. Talla máxima: 35 cm; común: entre 15 y 25 cm.

* Una de las formas más antiguas de pesca, descrita ya en tiempos de Aristóteles, era la realizada con “reclamo”. Se ataba una sepia hembra al extremo de una cuerda o sedal, se tiraba al mar y se izaba cuando se notaba que uno o varios machos se abrazaban a ella. Esta práctica está prohibida en la actualidad con el uso de un ejemplar vivo y se utiliza un maniquí con forma de sepia o espejos que reflejen la imagen del macho, cuya función no es otra que la de confundir su propia imagen con la de una hembra. En algunas zonas de Galicia la pesca con reclamo recibe el nombre de “femieiros”.

► OTRAS ESPECIES SUSCEPTIBLES DE SER SUSTITUTIVOS

Las confusiones o sustituciones frecuentes son con la *Sepia elegans* y *Sepia orbignyana* en el caso de lo que se conoce en el mercado como chopitos y no se relaciona con nuestra sepia. Cuando es congelada y limpia, se corresponde generalmente con el choco indio o *Sepia aculeata*. En cualquier caso, su complicada identificación en el mercado hace aconsejar recurrir a los elementos diferenciales y, sobre todo, consultar al pescadero.

► CONSERVACIÓN DEL PRODUCTO EN MERCA

La permanencia del producto en Merca es de 2-3 días, en cámara a 0°/4° C, conser-

Estacionalidad global de las ventas de sepia.

Porcentaje sobre total del año

Enero	7
Febrero	7
Marzo	8
Abril	8
Mayo	8
Junio	8
Julio	9
Agosto	8
Septiembre	8
Octubre	9
Noviembre	10
Diciembre	10



Nota: Estacionalidad de las ventas en base al movimiento de volúmenes de los cinco últimos años. En fresco, la mayor estacionalidad se localiza en los meses de primavera y comienza en verano.

Formatos y categorías más usuales en venta mayorista

ANTERIORES

Clasificado	Envase y peso	Transporte
Tallas	Caja de madera de 15/20 kg en hielo seco.	En camión de toldo, con cartolas fijadas en los laterales para evitar el desplazamiento de la carga. También por ferrocarril.

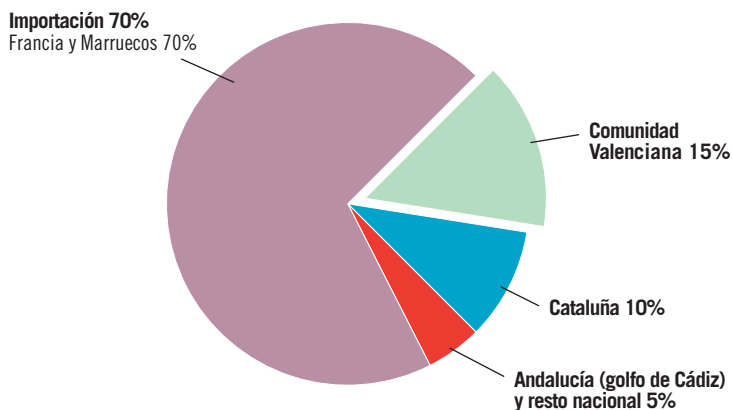
ACTUALES

Clasificado	Categoría	Envase y peso y transporte
Por tamaños	Grande: +500 g Mediana: 300-500 g Pequeña: 200-300 y -200 g	Caja poliespán de 3-6 kg. Transporte en camión frigorífico entre 0°/ 5° C. La clasificación por tallas para sucia y limpia es la misma; la primera conservada en hielo y la segunda en bolsa con agua.





Procedencia de las sepias comercializados en la Red de Mercas



Nota: Procedencias obtenidas en base a los datos de los cinco últimos años. En congelado tienen también cierta relevancia orígenes como Canarias, África o Asia.



vado en hielo para su comercialización en fresco. En congelado, el almacenamiento en frigorífico puede ser por un periodo de entre 6 y 12 meses a una temperatura de -18°/-20° C. Más del 90% se comercializa limpia y alrededor de un 10% sucia.

aunque se aconseja consumir lo antes posible. Si se va a congelar, se recomienda asimismo asegurarse que, a la hora de comprar, sea producto fresco del día.

bituales en nuestra cocina y, por supuesto, acompañada por un buen alioli o ajoaceite. Si presenta un buen grado de frescura, sus colores son brillantes y la carne húmeda y suave.

► **RECOMENDACIONES PARA CONSERVACIÓN EN CONSUMO**

Fresco: en el frigorífico a temperaturas de 0°/5° y durante 2 días, cubierto con un paño húmedo para su mejor conservación. Admite congelación a -18°/-22° C y para conservar durante unos 3 meses,

► **OTROS DATOS DE INTERÉS**

Desde el punto de vista nutricional, la sepia tiene una composición semejante a la del calamar. Aporte significativo de vitaminas (tipo D y B, hierro, calcio, potasio y fósforo), minerales y proteínas con un alto valor biológico ya que contienen todos los aminoácidos esenciales. Su contenido en grasas es inapreciable y el colesterol es significativamente más bajo si lo comparamos con el calamar. A nivel gastronómico, es consumida en todo el país, aunque es típica del sur de España y Canarias. Intenso sabor a marisco, su proceso de preparación es similar a la del calamar llegando incluso a ser sustituto de éste. A la plancha, en su tinta, frita a la “romana” (conocido como “rabás”), en arroces, calderetas o formando parte de sopas de pescado son algunas de las presentaciones más ha-

► **PROCEDENCIAS**

Dos apartados bien diferenciados. En lo que se refiere a fresco, según los datos, la oferta de las Mercas estaría abastecida en un 70% aproximadamente por el producto nacional, con la Comunidad Valenciana a la cabeza, seguida de Cataluña y Andalucía, que en conjunto sumarían más del 85% del producto interior. Respecto a las importaciones, el 30% restante, Francia sería el país más destacado con cerca del 90% del producto exterior. Cambio sustancial en el apartado de congelado, donde las importaciones jugarían el papel más relevante con un peso significativo de las partidas de Marruecos y, en menor medida, de los países asiáticos y las de origen galo.

NOTA: los puntos relativos a cuota de mercado de la Red de Mercas, canales de compra y consumos son los que aparecen de manera agrupada al final del capítulo del pulpo, toda vez que el tratamiento de los datos por parte del Panel de Consumo (MAPA) impide realizar análisis desagregados por especies.

