

Comércio já comemora venda

A tradição cristã de substituir o consumo de carne vermelha pelo peixe na Semana Santa está fazendo a alegria dos comerciantes. Desde o início da Quaresma, período de 40 dias que antecedem a ressurreição de Jesus Cristo comemorada no domingo de Páscoa, já foi registrado uma alta no volume de vendas de pescados.

Segundo o diretor de Pescados do Sindicato Varejista de Carnes, Gêneros Alimentícios, Frutas, Verduras, Flores e Plantas do Distrito Federal (Sindigêneros/DF), Renato Guimarães, com a proximidade da Semana Santa, que acontece entre os dias 25 e 27 de março, o consumo tripla e as peixarias podem ter um aumento nas vendas de 10% em relação ao ano passado.

Para atender as demandas, as peixarias do DF aumentaram os seus estoques com variados tipos de peixes e frutos do mar. "O volume das encomendas cresceram. Esperamos que, com isso, possamos garantir uma mesa farta para os consumidores cristãos do DF", diz Guimarães.

Os peixes mais comprados são o tambaqui, o dourado, a piramutaba e o linguado. "A venda é maior para os pesca-



Peixarias esperam vender 10% a mais. Procura já é grande

dos mais tradicionais – e mais baratos – como a corvina, vendida a uma média de R\$ 4,50", disse o diretor, lembrando que em Brasília, os peixes de água doce são os mais procurados.

BENEFÍCIOS – Outro fator que aumenta a procura de peixes é o seu valor nutricional. Sua carne é um alimento rico em vitaminas e sais minerais, além de ser grande fonte de Ômega 3, substância capaz de baixar a taxa de colesterol no sangue.

Mas para garantir a qualidade do produto, o consumidor tem que ter certos cuida-

dos na hora de escolher um peixe. Os olhos do pescado, por exemplo, precisam estar brilhantes, transparentes e salientes. As escamas também precisam estar bem brilhantes e aderentes. As guelras têm que estar vermelhas e úmidas. "Esses cuidados garantem que os consumidores não comprem produtos estragados", aconselha Guimarães.

Em Brasília existem várias opções de peixarias. "Alertamos as pessoas para fazerem as suas compras em estabelecimentos inspecionados pela Vigilância Sanitária, evitando consumir pescados de origem desconhecida", finaliza.

COMO ESCOLHER PEIXES

- Repare bem nos olhos do peixe. Eles devem estar bem brilhantes, transparentes e salientes. Olhos turvos e afundados demonstram que o peixe não está fresco;
- As escamas devem estar bem brilhantes e aderentes (firmes). Evite os peixes com escamas opacas e soltas;
- Pele brilhante e viscosa são características do peixe fresco. Quando a pele começa a ficar opaca e mole, o peixe não está mais em boas condições;
- Escolha peixes com as guelras vermelhas, úmidas e brilhantes. Evite os peixes com as guelras acinzentadas e ressecadas;
- Peixe fresco tem a cor bem viva e sem manchas;
- A carne do peixe fresco é dura, elástica e brilhante;
- Cheiro de peixe é sempre um pouco forte, mas evite os peixes com odores muito desagradáveis.