

## PEIXE SAPO



Mellora o noso  
cerebro

**Nome común:** Peixe sapo.

**Nome científico:** *Lophius piscatorius*

Peixe plano de cor castaña escura sen escamas e cunha gran cabeza onde se atopan os ollos dorsais e unha aleta con forma de verme que lle serve para cazar o seu alimento: outros peixes. Longa e grosa cola con dúas aletas pectorais.



**B12**

Péscase con redes ou con fíos de cana que se colocan no fondo mariño, que é onde vive durante todo o ano.

**Apórtanos vitamina B12, calcio e potasio.** Esta vitamina B12 vai ser fundamental no bo mantemento das neuronas e dos glóbulos vermellos.