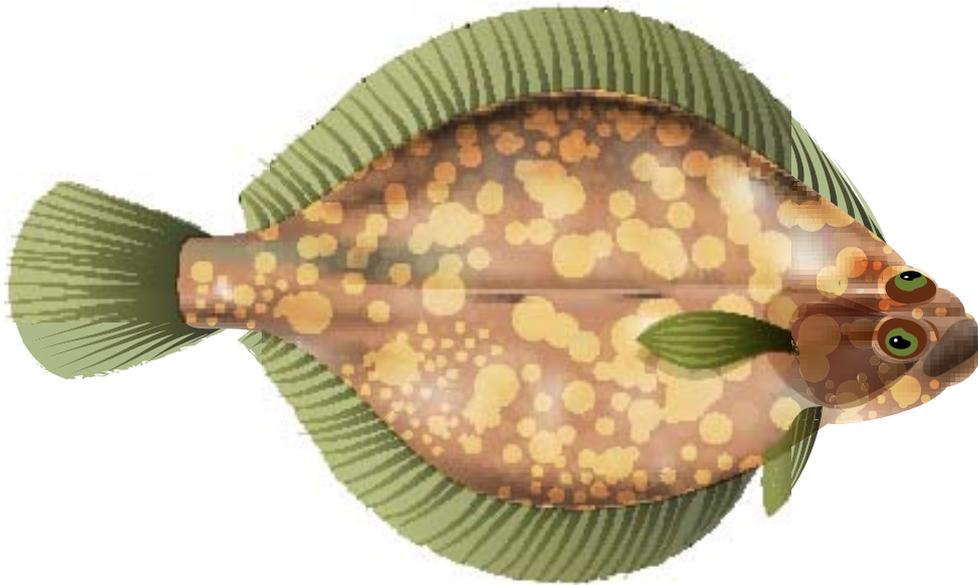


# Alimento da scoprire: l'**Halibut**



## CHI È?

L'**HALIBUT** è il più grande dei pesci piatti, può arrivare fino a 2,5 metri di lunghezza per un peso di 300 kg. Questo pesce, più correttamente, si chiama **ippoglosso**.

L'halibut è un pesce talmente sano, gustoso e ricco di proprietà nutritive contenute anche nelle pinne che i norvegesi, primi pescatori di questa qualità di pesce, lo ritenevano un dono delle divinità scandinave perché ricche di depositi di acidi grassi omega-3.

Presenta una consistenza simile a quella della carne e quindi è in grado di soddisfare anche gli appetiti più robusti. L'halibut ha una carne molto magra, ipocalorica, con molte proteine e priva di carboidrati.

## CURIOSITÀ

**Record** per un halibut pescato nell'oceano Atlantico: peso **330 kg** e lunghezza di ben **4 metri e 70 cm!**

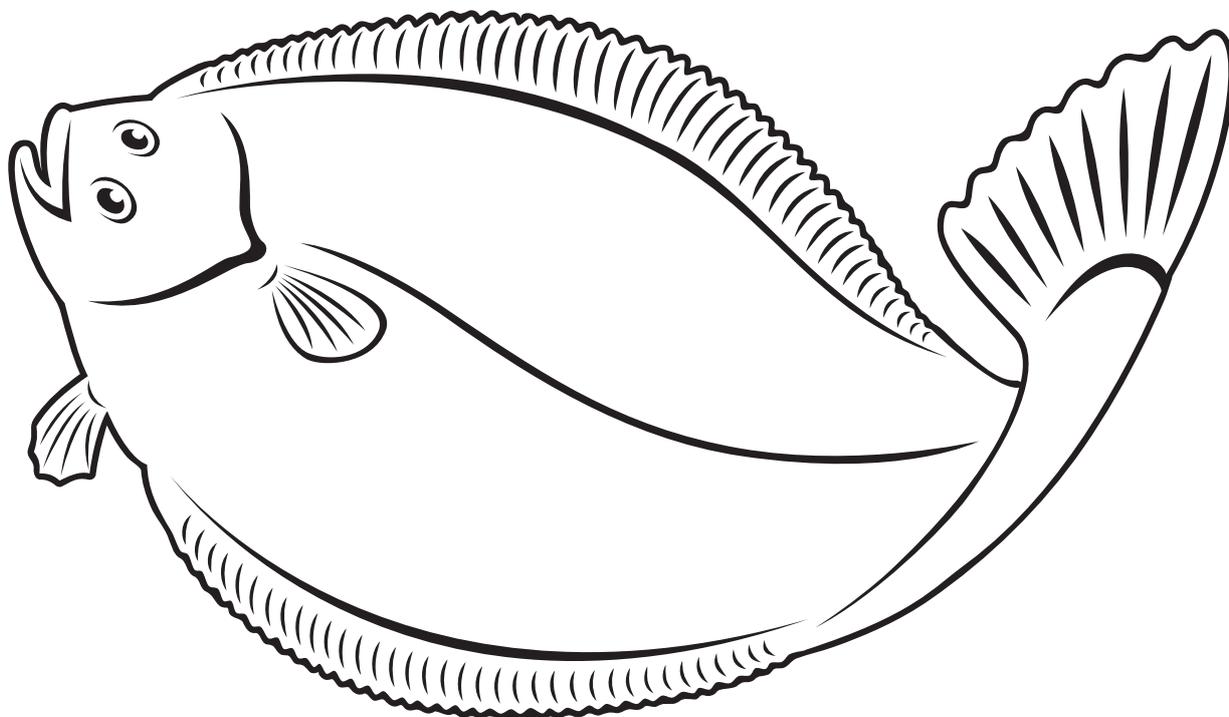
Agli **Eschimesi** piace molto consumare la **carne cruda** dell'halibut subito dopo la pesca!





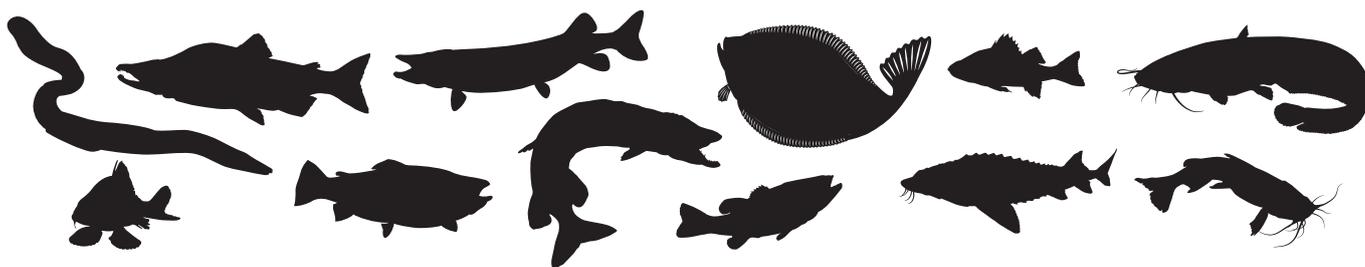
## COLORAMI!

Prendi i pastelli o i pennarelli e usando la fantasia colora il tuo **HALIBUT**.



## TROVA L'OMBRA

L'**HALIBUT** oggi è un po' sbadato... aiutalo a ritrovare la sua ombra!



## PESCI ALLO SPECCHIO... NON PROPRIO PERFETTO

Guarda con attenzione questi 3 pesci allo specchio... uno di loro ha un difetto!

