



Consume the tasteful spinefoot fish and protect marine biodiversity!



[1]

Consume the tasteful spinefoot fish and protect marine biodiversity!

The dusky and the marbled spinefoot (rabbitfish) are two herbivore fish originating from the Red Sea that have invaded in the Mediterranean Sea through the Suez Canal. Nowadays, they are thriving in greek seas threatening the populations of the native herbivores such as the salema fish and the parrotfish. Consumption of the rabbitfish can assist in protecting marine biodiversity and complementing the income of small scale artisanal fishermen. Yet, the rabbitfish is considered an exceptional dish in Cyprus pricing equally to groupers and white seabreams (25-30 € per kg).



The infographic is divided into several sections:

- Top Left:** University of Aegean logo and a green fish illustration.
- Top Right:** 'FISHMPABLUE 2' logo and text: 'Αλιείς και Θαλάσσιες Προστατευόμενες Περιοχές, μια συνεργασία για τη βιώσιμη αλιεία στη Μεσόγειο' (Fishermen and Marine Protected Areas, a partnership for sustainability in the Mediterranean).
- Middle Left:** Text in Greek and English explaining the invasion of the dusky and marbled spinefoot (rabbitfish) from the Red Sea through the Suez Canal, threatening native species like sea bream and parrotfish. It notes that consumption of rabbitfish can assist in protecting biodiversity.
- Middle Right:** A 'Tip' icon with a lightbulb. Text: 'Το ψάρι θα πρέπει να καθαρίζεται από τα έντερα όσο πιο σύντομα γίνεται ενώ το τσάκι με αλάτι ή το βελανίδια θα απομακρύνει την έντονη μυρωδιά. Μια μερίδα (π.χ. λαβή, πορτοκάλι, αλάτι, σκόρδο) της επάλειψής σας για 20 με 30 λεπτά μπορεί επίσης να λύσει ένα Σαφίριτινο γεύμα.' (The fish should be cleaned from the intestines as soon as possible while rubbing the fish with salt and/or rubbing vinegar all over it will remove any intense smell. By marinating the fish for 20 to 30 min (e.g. olive oil, orange juice, salt and garlic) you can achieve maximum taste results.)
- Bottom Left:** Section titled 'Μια παραδοσιακή Κινέζικη συνταγή' (A traditional Chinese recipe). It includes instructions: 'Καθαρίστε και ξεπλύνετε τα ψάρια (4 ψάρια 300-350gr το καθένα) και μετά στεγνώστε κάθε πλευρά σε απορροφητικό χαρτί. Τηγανίζουμε τα ψάρια σε προθερμασμένο αντικαλμητικό τηγάνι σε μια κουτάλα της σούπας λάδι για 4 με 5 λεπτά από κάθε πλευρά μέχρι να χρυσαφίσουν. Στο ίδιο τηγάνι σοτάρουμε το τζίντζερ (2 κομμάτια) και μια κουτάλα του τσαγιού πολτοποιημένο σκόρδο μέχρι να μαλακώσουν. Επειτα προσθέτουμε 3 πράσα κομμένα σε χοντρά κομμάτια και σοτάρουμε για άλλα 2-3 λεπτά και μετά προσθέτουμε 80ml ξυμό κατόπικουλα. Τοποθετήστε τα μαγειρεμένα'.
- Bottom Right:** Images of 'Marbled spinefoot' and 'Άσπρη αγρίοσαλα' (White sea bream).
- Logos:** Interreg Mediterranean and FishMPABlue 2 logos.
- Website:** www.nmp-zak.org

Source URL: <https://www.nmp-zak.org/en/content/consume-tasteful-spinefoot-fish-and-protect-marine-biodiversity>

- [View the full image](#) [2]

Links

- [1] https://www.nmp-zak.org/sites/default/files/upload/csm_LOGO_COLOUR_FishMPABlue-2_NO_BORDER_3466d52c58.png
- [2] https://www.nmp-zak.org/sites/default/files/siganids%20leaflet_final%20%281%29-page-001.jpg