Рыба мольва обитает в глубинных морских водах. Нередко ее называют еще и морской щукой – это связано с тем, что по внешним данным эти две рыбы имеют некоторые общие свойства. Вес мольвы в среднем составляет не больше 25 килограммов. Длина тела рыбы вырастает до 1,8 метра. Редко встречаются особи, масса которых примерно в полтора раза превышает вес большинства средних представителей данного вида.

Описание рыбы

Туловище мальвы обладает угревидной вытянутой формой, а на спинке и по бокам находятся мраморные пятна зеленовато-коричневого цвета. У этой рыбы на брюшке окраска может обладать оттенком желтого или белого цвета. А плавники, которые находятся в области брюшка и груди – красные.

Мольва, как правило, обитает недалеко от берегов Атлантического океана на глубинах от 50 метров и более. Чаще всего эту рыбу можно встретить на песчаных участках на морском дне, а также в затонувших судах. Внешность этих морских обитателей напоминает что-то среднее между морским угрем и треской.

Морская щука – это хищник. В основном рацион ее питания состоит из более мелких морских обитателей, к примеру, рачков, рыб, каракатиц, иглокожих. Когда мольва достигает возраста старше восьми лет, наступает период ее половой зрелости. Рыбы нерестятся с середины апреля до июня.

Самым главным поставщиком мольвы в другие страны является Норвегия. Полагается, что добычей морской щуки лучше всего заниматься на глубине до 400 метров. В полосе континентального шельфа мольву добывают в течение всего года, с этой целью применяются специальные ярусы, ставная сеть и донный трал.

Какова мольва на вкус?

Текстура рыбы – достаточно плотная, волокнистая и упругая. Для этого вида морепродуктов характерны отличные вкусовые качества. Мясо мольвы с виду напоминает мясо рыб отряда трески, однако оно является более сухим и грубоватым. Мольва содержит множество витаминов, а именно А, группы В, магний, цинк, кальций, фосфор, селен, марганец, медь, калий. Поэтому такая океанская щука является одновременно полезной и вкусной.

Выбирая сырую мольву в магазине, обязательно нужно обратить внимание на ее свежесть и качество. Свежая рыба будет иметь идеально гладкий чешуйчатый слой, плотно прилегающий к телу, а также красноватые плавники.

Мольва в кулинарном мире

Чтобы полностью получить множество полезных веществ, содержащихся в этой рыбе, нужно в первую очередь выбирать для приготовления качественный и свежий продукт. Как уже говорилось, для этого нужно просто внимательно ее осмотреть. Мясо мольвы используется для приготовления самых разнообразных ресторанных блюд. Ограничений по употреблению в пищу данного морепродукта нет, только если у людей нет аллергии на рыбу в принципе. Следует отметить, что мольва имеет очень малую калорийность – всего 86 килокалорий в ста граммах.