

El [anisakis](#) es un parásito del pescado, en España es costumbre hacer boquerones en vinagre. [Para matar al parásito](#) es necesario someterlo a temperatura igual o menor a -20º, por un periodo de mínimo de tres días. Así podremos comer el pescado con la seguridad de que está muerto. Otra opción es cocinarlo, a la plancha o frito, siempre que alcance una temperatura superior a 70º el anisakis muere.



El gobierno de España tiene una normativa respecto al anisakis que la puedes consultar [aquí](#).