

El chef Paco Roncero presenta la campaña de la carne de conejo de granja

- **El televisivo chef destacó que “la carne de conejo es ideal para las personas que practicamos deporte, es nutritiva, con un alto contenido en proteínas, y baja en grasas”.**
- **Los asistentes pudieron degustar recetas de carne de conejo elaboradas por él.**

Madrid, 17 de noviembre de 2015.- Paco Roncero, dos estrellas Michelin y jurado del programa de televisión Top Chef, presentó esta mañana la nueva campaña de la carne de conejo de granja, de la que él es la imagen actual. La presentación tuvo lugar en el Parque Golf Canal de Madrid.

Durante su intervención Paco Roncero destacó que *“la carne de conejo es ideal para las personas que practicamos deporte, es nutritiva, con un alto contenido en proteínas, y baja en grasas”.*

Además durante su intervención el chef destacó sus propiedades y beneficios. La carne de conejo es una magra, fuente de proteínas, de selenio y de potasio, es muy digestiva y tiene un alto contenido en fósforo y vitaminas B₁₂, B₆ y B₃. Un alimento típico de la Dieta Mediterránea que se usa en multitud de platos tanto de la cocina tradicional como de la más innovadora. A todo ello se suma que combina muy bien con infinidad de hierbas aromáticas por lo que podemos reducir el uso de sal en su elaboración.

Durante su intervención Javier Gómez, Presidente de INTERCUN, y Rebeca Vázquez, Gerente de INTERCUN, Organización Interprofesional para Impulsar el Sector Cunícola, agradecieron en primer lugar a Paco Roncero por ser imagen de la campaña que están llevando a cabo a la vez que destacaron la idoneidad del chef dada su vinculación profesional con la gastronomía y su afición por el deporte que le ha llevado a participar a nivel mundial en varias de las grandes maratones.

Los asistentes también han podido descubrir la nueva web de campaña que se acaba de lanzar: www.carnedeconejo.es Una web con toda la información sobre los eventos que se llevarán a cabo durante el año, la presencia indiscutible de Paco Roncero y varios apartados donde los usuarios podrán conocer los beneficios y propiedades de la carne de conejo y aprender a realizar recetas para todos los gustos y necesidades.

En el caso de los deportistas, tal y como destacó Paco Roncero, el consumo de carne de conejo es especialmente recomendable, ya que su aporte de

proteínas hace aumentar la masa muscular, el potasio que contiene contribuye al adecuado funcionamiento de los músculos y sus vitaminas del grupo B ayudan a disminuir la fatiga.

Para terminar el acto los asistentes pudieron degustar recetas elaboradas por Paco Roncero con carne de conejo de granja: chuletas de conejo con alioli, rabl  de conejo con espinacas y foie, y civet de conejo con cacao.

Menú Semanal para deportistas:

MENÚ PARA DEPORTISTAS							
	<i>Lunes</i>	<i>Martes</i>	<i>Miércoles</i>	<i>Jueves</i>	<i>Viernes</i>	<i>Sábado</i>	<i>Domingo</i>
Desayuno	Leche semidesnatada Cereales integrales Zumode naranja natural	Leche semidesnatada Pan con tomate natural, orégano y aceite de oliva Manzana	Leche semidesnatada Galletas maría Zumode naranja natural	Leche semidesnatada Cereales integrales Pera	Leche semidesnatada Tostada con mermelada Zumode naranja natural	Leche semidesnatada Cereales integrales Fresas	Leche semidesnatada Bizcocho casero Zumode naranja natural
Media mañana	Pera Nueces	Tostada con fiambre de pavo Albaricoques	Bocadillo de queso fresco Higos	Barrita de cereales Plátano	Yogur con frutas troceadas Chocolate negro	Pan con aceite de oliva Mandarina	Bocadillo de jamón serrano Infusión de t� verde
Comida	Jud�as verdes con patata cocida Emperador a la plancha con champi�n al ajillo Uvas	Ensalada de can�nigos y tomates cherry Conejo con pasta al pesto con almejas Batido de frutas casero	Ensalada de lentejas con endivias y frutos secos Huevo escalfado con tomate triturado Frambuesas	Crema de calabaza Bonito con pisto Yogur con cereales	Arroz con verduras salteadas Filete de ternera a la plancha con tomate cherry Plátano	Verduras braseadas Lenguado al horno con patata asada Pi�a	Ensalada de garbanzos Tortilla de patata con pimientos verdes Naranja
Merienda	Bocadillo de jam�n cocido Yogur líquido	Yogur con germen de trigo	Macedonia de frutas Chocolate negro	Pan con membrillo Yogur líquido	Manzana Almendras	Leche semidesnatada Galletas maría	Kiwi Yogur líquido con germen de trigo
Cena	Crema de calabacín Lomo de cerdo a la plancha con pimientos Kiwi	Patata asada con pimentón Empanadillas de atún y huevo cocido Mandarina	Espinacas a la crema Merluza en salsa Yogur	Guisantes con cebolla salteados Pechuga de pollo a la plancha con endivias y maíz	Ensalada de lechugas variadas, maíz y atún Croquetas de jamón Yogur	Revuelto de ajetes y gambas Jamoncito de conejo rustido con verduras Uvas	Espagueti al ajillo con setas Rollitos de jamón cocido y queso desnatado Cuajada

Pan: Las comidas principales (comida y cena) se acompañan de 2 rebanadas de pan integral.
Aceite: La grasa por excelencia para la elaboración de los platos será el aceite de oliva virgen extra (4 cucharadas a lo largo del día).
Bebida: Agua como bebida principal. Se recomienda beber unos 2 litros de agua a lo largo del día. Sumar las necesidades propias del entrenamiento, 250-500 ml antes de realizar ejercicio, 200 ml cada 20 minutos durante el ejercicio y 500-1000 ml después.

Menú base de 2.600-3.000 kcal/día, elaborado para deportistas con una actividad física regular. Las cantidades variarán en función de las características individuales, así como del tipo, intensidad y duración de la actividad. Si las bebidas utilizadas aportan calorías, se debe reevaluar el menú. El modo de elaboración de las recetas con carne de conejo de los menús se encuentra disponible en versión descargable en www.carnedeconejo.es.
 Menús elaborados por un equipo de Dietistas-Nutricionistas.

Para más información:

Laura Sanz: laura.sanz@sprim.com

 lvaro García: alvaro.garcia@sprim.com

91 577 90 65