

## Nota de prensa

# La carne de conejo se presenta como la alternativa perfecta para estas Navidades

**La carne de conejo tiene pocas grasas, bajo aporte calórico y reducido contenido en colesterol. Lo que forma un magnífico perfil nutricional, sobre todo como fuente de vitaminas del grupo B y por su aporte de potasio, proteínas y minerales**

**En tu establecimiento de confianza encontrarás los nuevos formatos de Carne de Conejo: Medallones de conejo, muslos de conejo y medio conejo troceado**

*Madrid, diciembre de 2021.* - “De grandes cenas están las sepulturas llenas”, el refranero español toma aún más relevancia si cabe en estos días de festejos y celebraciones. Con tantos eventos y compromisos familiares y sociales es difícil mantener la dieta y no excederse en las comidas. Por ello tanto si quieres ser un buen anfitrión como si prefieres cuidarte en casa, **la carne de conejo es la alternativa perfecta** para disfrutar de exquisitos platos sin remordimientos posteriores.

Los **beneficios de la carne de conejo** son muchos. Se trata de una **carne magra con bajo contenido en grasa**, lo que favorece su digestibilidad. Posee minerales como el hierro, zinc y magnesio. También tiene vitaminas del grupo B y un **bajo contenido en sodio**. Por último, hay que destacar que **no tiene ácido úrico**. Toda una suma de ventajas y beneficios que hacen de **esta carne una de las más saludables del mercado**.

Además, gracias a los nuevos formatos, en la mayoría de los principales supermercados se comercializan distintos cortes muy sencillos como los **medallones de carne de conejo, los muslos de conejo o el medio conejo troceado**, para que todo el que quiera pueda introducir esta carne en su dieta.

Por ello, desde **INTERCUN** proponen una serie de recetas que te harán comprobar que cocinar y comer la carne de conejo es más fácil de lo que pensabas. Unos platos que permitirán redescubrir los secretos de la Dieta Mediterránea.

- 1. Brochetas con medallones de conejo, pimientos y cebollitas.** Ideal para colocar como entrante en el centro de nuestra mesa, en menos de diez minutos tendremos preparado un plato sorprendente. Con los palillos podremos ver quién de nuestros familiares ha sido el mayor enamorado de la carne de conejo.

2. **Arroz caldoso con carne de conejo y habas.** El conejo y el arroz siempre han sido una gran pareja en la Dieta Mediterránea. Plato perfecto para combatir el frío que incluye nutrientes de calidad como son las proteínas de origen vegetal, marino y animal.
3. **Muslos de conejo asados al horno.** La alternativa ideal para el plato principal. La forma de cocinarla es idéntica al resto de asados tradicionales para estas fechas, pero su menor tamaño y su perfil nutricional harán que nos saciemos sin llegar a llenarnos. Lo bueno, si breve, dos veces bueno.
4. **Ragout de carne de conejo con manzana y soja.** Ideal para los más pequeños de la casa. Cortar los en trozos pequeños los distintos cortes del medio conejo troceado, mezclarlo con la salsa de soja y freír por ambos lados hasta que se queden dorados. Tan sólo hay que tener cuidado de no hacer demasiados, ya que los niños no querrán dejar de comerlos.
5. **Medallones de conejo con naranja y miel.** Con esta receta, tanto niños como adultos tendrán el menú completo. Atractivo como segundo plato y llamativo si lo usamos como entrante. Esa mezcla de la carne de conejo con el sabor dulce de la naranja y la miel harán que te plantees si tomar postre o repetir carne de conejo.

Puedes encontrar el paso a paso de todas estas y otras deliciosas recetas con los nuevos formatos de Carne de Conejo pinchando aquí:

<https://elsecretoescarnedeconejo.eu/la-nueva-forma-de-cocinar-en-europa/>

Ya te hemos dado la idea para tus comidas y cenas de estas fechas, desde INTERCUN sólo nos queda desearte una Feliz Navidad.

## Sobre INTERCUN

La Organización Interprofesional para impulsar el sector cunícola, INTERCUN, fue reconocida por el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación el 27 de octubre de 2000 por medio de la Orden de 28 de septiembre de 2000, que la reconoce como organización interprofesional agroalimentaria, conforme a lo dispuesto en la Ley 38/1994, de 30 de diciembre, reguladora de las Organizaciones Interprofesionales Agroalimentarias.

INTERCUN representa al 87 % de los productores de carne de conejo de España y al 70% de las empresas de transformación- comercialización.