

# INTERCUN

Informa



Diciembre 2016

Boletín Informativo de Cunicultura

nº70

## Carne de conejo la receta del éxito en Navidad

Esta Navidad  
CARNE DE CONEJO

**INTERCUN pone en marcha una campaña de divulgación y actualiza su recetario para potenciar el consumo**



**PARA ESTAR AL DÍA VISITA:  
[www.carnedeconejo.es](http://www.carnedeconejo.es)**

# El acierto de esta Navidad, de la mano de **INTERCUN**



La Organización Interprofesional para impulsar el sector cunícola (INTERCUN) ha puesto en marcha una campaña de divulgación con el objetivo de trasladar a los consumidores todos los beneficios que tiene la carne de conejo, así como el potencial gastronómico que pone a nuestro alcance en una época tan importante como es la Navidad.

La presentación de esta campaña tenía lugar el pasado 22 de noviembre mediante un ShowCooking con el chef Sergio Fernández en Kitchen Club Pardiñas (Madrid). De esta manera se daba el pistoletazo de salida a una acción informativa para llevar hasta los consumidores nuevas formas de disfrutar de nuestra carne de conejo de siempre.

Durante los meses de noviembre y diciembre, se va a poner en marcha un programa de demostraciones gastronómicas y degustaciones en los que se va a mantener un contacto directo con el consumidor. En una selección de 30 mercados municipales de toda España, completada con otros 30 supermercados-hipermercados, INTERCUN va a ofrecer una visión renovada y actualizada de la carne de conejo con la vista puesta en el horizonte de los menús de Navidad.

En paralelo, las redes sociales también serán un escenario destacado para fomentar el contacto directo con los consumidores y la interacción entre los amantes de la Carne

de Conejo. A través de la página de Facebook de Carne de Conejo, todos los usuarios podrán compartir sus recetas a través del hashtag **#ComoLoHacesTu.**





## Recetario actualizado

Para articular esta acción, INTERCUN ha actualizado su recetario para que, en los menús más importantes del año, la Carne de Conejo haga disfrutar a toda la familia. Nuevas propuestas elevan hasta la excelencia gastronómica esta carne sin renunciar al suelo de su historia.

Este recetario podrá ser adquirido en cualquiera de los puntos donde tendrá lugar la campaña de promoción. Así, además de volver a descubrir un clásico como es la carne de conejo, todo aquel que lo desee se podrá llevar a casa este documento para elaborar los platos navideños diseñados por Sergio Fernández.



## Diez razones para consumir carne de conejo

1. La carne de conejo es una carne magra, esto quiere decir que es una carne con muy bajo contenido de grasa saturada. Lo que indica que es muy baja en colesterol.
2. Contiene una parte importante en ácidos grasos insaturados, beneficiando al sistema circulatorio.
3. La carne de conejo no contiene ácido úrico, por lo cual los doctores recomiendan consumir a las personas que padecen de gota, artritis, artritis reumatoide.
4. Posee importantes minerales como: hierro, zinc y magnesio.
5. Contiene un gran porcentaje en vitaminas del conjunto B, tales como Cianocobalamina (B129), Niacina (B39) y Piridoxina (B6).
6. Sus componentes de alto valor biológico, son necesarias en todos los períodos de la vida. Con énfasis en niños, mujeres embarazadas y adulto mayor.
7. Es una carne de fácil digestibilidad, puesto que es pobre en colágeno y baja en grasa.
8. Tiene un bajo contenido en sodio, por lo que es indicada medicamente por personas que sufren de hipertensión arterial o enfermedad renal.
9. Tiene muy pocas calorías. Aproximadamente unas de 135Kcal. por cada 100 gr de carne.
10. Es una carne con gran variedad gastronómica ya que admite una amplia variedad de formas de preparación. La carne de conejo contiene seis veces menos cantidad de ácidos grasos saturados que la carne vacuna.

# Luz verde a la modificación de la Extensión de Norma en el sector cunícola

La cuantía de la aportación económica queda fijada en 0,004 euros por cada kilogramo de conejo para cada una de las ramas que integran la Interprofesional.



El Consejo General de Organizaciones Interprofesionales Agroalimentarias (OIA), celebrado el pasado 22 de noviembre, ha informado favorablemente sobre la modificación de la Extensión de Norma en el sector cunícola, mediante la cual se establece la nueva cuantía de las aportaciones económicas obligatorias en el sector, reduciendo la contribución de la rama de la producción y elevando hasta la paridad la aportación de los mataderos y la industria. De esta forma la cuantía de la aportación económica queda fijada en 0,004 euros por cada kilogramo de conejo para cada una de las ramas que integran la Interprofesional. La reunión del último

consejo ha estado presidida por el secretario general de Agricultura y Alimentación, Carlos Cabanas. Esta modificación de la cuantía de las aportaciones económicas obligatorias se fundamenta en la desigualdad en la financiación de las acciones objeto de la extensión de norma entre el sector productor y el transformador-comercializador, y en la situación compleja por la que atraviesa el sector, causada entre otros factores por el descenso del consumo de la carne de conejo y el aumento de la producción. Los recursos económicos generados continuarán destinándose a las mismas finalidades previstas en la Orden AAA/1102/2014 hasta

la finalización de su vigencia el 30 de junio de 2017: promoción del consumo de la carne de conejo; investigación, desarrollo e innovación tecnológica, mejora del estatus sectorial y favorecer el seguimiento de la cadena alimentaria y las buenas prácticas entre los partícipes de la cadena de valor.

Las actuaciones desarrolladas gracias a la Extensión de Norma resultan de gran interés e importancia para todo el sector, y permiten promocionar el consumo de conejo, transmitiendo a los consumidores información sobre los beneficios del consumo de esta carne, que tiene una gran tradición gastronómica en la dieta mediterránea.

# “La carne de conejo es una buena alternativa para la dieta del deportista por su adecuado perfil nutricional”

El IV Congreso Internacional y X Nacional de la Asociación de Enfermería Comunitaria (AEC) ha tenido a la carne de conejo como uno de sus protagonistas. La doctora Nieves Palacios, Jefe del Servicio de Medicina, Endocrinología y Nutrición del Centro de Medicina del Deporte de la Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte, realizó el pasado 6 de octubre una conferencia sobre alimentación y rendimiento deportivo en la que presentó un estudio de intervención con carne de conejo en deportistas de alto rendimiento. La ponencia tuvo lugar en el Fórum Evolución, Palacio de Congresos y Auditorio de Burgos.

Una buena alimentación y una hidratación son adecuadas para las personas que realizan ejercicio físico intenso, siendo primordiales para adaptarse a los entrenamientos, optimizar el rendimiento y acelerar la recuperación. “La carne de conejo es baja en grasa, rica en proteínas de alto valor biológico, con un alto contenido en minerales y vitaminas, sobre todo vitamina B12, sustancias antioxidantes, y aporta pocas calorías por ración”, destacó la Dra. Palacios. La Dra. Palacios ha llevado a cabo un estudio para medir los efectos del consumo de carne de conejo sobre la composición de la dieta en deportistas de alto rendimiento, ya que como ella misma explicó, “debido a su adecuado perfil nutricional, era razonable pensar que la carne de conejo resultaría una alternativa recomendable para los deportistas dentro de una alimentación equilibrada”.

## Hechos, no palabras

El estudio, desarrollado en el comedor de la Residencia de deportistas Joaquín Blume, contó con la participación de 45 deportistas de distintas disciplinas deportivas (hockey hierba, piragua, golf y gimnasia deportiva), divididos en dos grupos, el experimental, que comió carne de conejo de granja tres días a la semana durante 12 semanas, y el grupo de control que no la comió.

Al término del estudio se comprobó que los deportistas del grupo experimental, que habían incluido la carne de conejo en su dieta, consumían menos calorías, menos grasa y menos vitamina B12 que aquellos en el grupo de control. La carne de conejo tiene un alto contenido en vitamina B12, que ayuda a disminuir el cansancio y la fatiga, y contribuye al metabolismo energético normal.

Por disciplinas deportivas, en el estudio se observó que los gimnastas masculinos que comieron carne de conejo experimentaron un incremento de la masa muscular y una disminución en el porcentaje de grasa corporal mayor respecto al grupo de control.

Por último, la Dra. Palacios concluyó que “la inclusión de carne de conejo en la dieta del deportista es una buena alternativa en su alimentación desde el punto de vista funcional por su adecuado perfil nutricional, sobre todo como fuente de vitaminas del grupo B, y por su aporte de proteí-

nas y minerales”. Asimismo, destacó la “magnífica aceptación” desde un punto de vista gastronómico y el interés de este tipo de intervenciones para “concienciar sobre la importancia de una buena alimentación, variada y equilibrada, para mejorar el rendimiento deportivo”.



**Se comprobó que los deportistas que habían incluido la carne de conejo en su dieta consumían menos calorías, grasa y vitamina B12**

# “Los españoles y la carne, una **relación consolidada**”

El Colegio Oficial de Médicos de Madrid acogió el pasado 22 de noviembre el encuentro “Los españoles y la carne, una relación consolidada”, organizado por las distintas organizaciones interprofesionales del sector cárnico, en el que se ha puesto en común entre prestigiosos profesionales de la salud, el estado de consumo de la carne en nuestro país, y sus recomendaciones.



El acto fue inaugurado por Teresa Robledo, directora ejecutiva de la Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición (Aecosan), que ha subrayado “la importancia de comunicar adecuadamente en salud”, y por Cristina Clemente, subdirectora general de Control y Laboratorios Alimentarios, del Ministerio de Agricultura y Pesca, Alimentación y Medio Ambiente (Mapama), que ha destacado el valor estratégico de la industria cárnica, “ya que constituye el cuarto sector industrial del país”.

## Mesas de debate

El resto del evento se ha dividido en tres grupos de debate. En el primero de ellos, Lluís Serra, presidente de la Fundación Internacional de la Dieta Mediterránea (IFMeD), o Dolores Corella, catedrática del Departa-

mento de Medicina Preventiva y Salud Pública, Ciencias de la Alimentación, Toxicología y Medicina Legal de la Universidad de Valencia, han puesto en valor el papel de la carne integrada en una alimentación equilibrada, como es la Dieta Mediterránea, la innovación y las principales líneas de investigación en materia de nutrición, haciendo especial hincapié en los productos cárnicos, y la carne como placer gastronómico.

La carne contiene proteínas de alta calidad, que contribuyen a que aumente la masa muscular, minerales como el fósforo, el selenio, y el hierro, que ayuda a disminuir el cansancio y la fatiga, y vitaminas del grupo B, especialmente B12, que contribuye al funcionamiento normal del sistema nervioso, según ha destacado en el primero de los debates, “El papel de la carne en una alimentación equilibrada”,

María Elisa Calle, profesora del departamento de Medicina Preventiva y Salud Pública y coordinadora del grado de Nutrición Humana y Dietética de la Universidad Complutense de Madrid.

En el segundo debate del día, “Innovación, seña de identidad del sector”, Manuel Láinez, director del Instituto Nacional de Investigación y Tecnología Agraria y Alimentaria (INIA), ha incidido en las nuevas líneas de investigación en la industria cárnica destacando que “el sector está desarrollando estrategias innovadoras para responder a las expectativas de los consumidores”. Asimismo, ha valorado el trabajo realizado en “materia de productos funcionales, de sostenibilidad, de bienestar, etc., afrontando el reto de la eficiencia y competitividad que exige un mercado globalizado”.

“Un término que indudablemente se asocia a que la carne es placer. Ésta se considera un alimento que no puede faltar en ninguna celebración”, ha comentado en el último debate de la jornada, “Los placeres de la carne”, Manuel Castillo, Catedrático del Departamento de Fisiología de la Universidad de Granada. Por su parte, Javier Rodríguez Ponte, jefe de cocina del Catering Bokedé de A Coruña, ha concluido que “la carne es un producto básico en nuestra dieta, tradición y costumbres. La carne es un placer y esto se ve perfectamente en los restaurantes, ya que está presente en las cartas con un apartado propio”.

# La carne

## protagonista en la radio pública española



Radio Nacional de España, a través de su canal "Radio 5 Todo Noticias", ha iniciado la emisión de "El mundo de la carne" una serie de reportajes que tienen como protagonistas a la carne con el objetivo de informar al consumidor de las propiedades nutricionales y el papel beneficioso del consumo de la carne y elaborados de diferentes especies ganaderas. Además, se pretende divulgar la importancia socioeconómica del sector cárnico en España y la implicación del sector productor como dinamizador de un medio rural amenazado por la despoblación y, asimismo, comprometido con la sostenibilidad.

La serie radiofónica visibiliza la actividad cotidiana que generan los distintos subsectores (producción, transformación y comercialización) desde una visión más genérica hasta una mirada más concreta de

**radio 5**  
**rne**

cada uno de aquellos que vertebran la cadena agroalimentaria cárnica. En la serie colaboran cinco organizaciones interprofesionales: las del porcino de capa blanca (Interporc), el vacuno (Provacuno), el cerdo ibérico (Asici), el ovino y caprino (Intervovic) y el conejo (Intercun).

Los reportajes sobre "La carne y los productos cárnicos" se emitirán cada semana en la cadena pública de radio y se adscriben a la radiofórmula de Radio 5, basada en la redifusión de contenidos, reforzada, a su vez, por su divulgación a través de las redes sociales.

“

**Los programas se pueden escuchar íntegramente en el siguiente enlace:**

**[www.rtve.es/ alacarta/audios/ el-mundo-de-la-carne/](http://www.rtve.es/alacarta/audios/el-mundo-de-la-carne/)**



**DESDE LA  
GRANJA  
HASTA LA  
MESA**

**FOCCON**

Fomento del consumo de la carne de conejo



**VISITA  
LOS NUEVOS  
CANALES DE  
COMUNICACIÓN  
DE INTERCUN**



**HACIA EL CONSUMIDOR  
Y EL SECTOR**

[intercun.chil.org](http://intercun.chil.org)



**HACIA EL SECTOR**

[www.intercun.org](http://www.intercun.org)



**INFORMACIÓN DE MERCADOS  
902 500 597**

**Extensión de Norma de**

**INTERCUN**

**En caso de que le surja alguna duda sobre la Extensión de Norma, para solucionarla, deberá ponerse en contacto con la empresa de la transformación a la que vende su producción o con los representantes de las asociaciones de productores más próximos a su explotación.**

**INTERCUN INFORMA**

es una publicación de la Organización Interprofesional Cunícola INTERCUN.

*Para más Información:*

Intercun: C/ Juan XXIII, 16, B, 3

Azpeitia (Guipúzcoa)

Telf.: 943 083 887

[www.intercun.org](http://www.intercun.org) · [admin@intercun.org](mailto:admin@intercun.org)