



CORDERO ARGENTINO

Siempre una buena opción

¿Sabías qué?

La **carne ovina** está dentro del grupo de las carnes rojas, junto a la bovina y porcina.

Actualmente, podemos encontrar en supermercados y carnicerías, corderos enteros o en cortes frescos y congelados al vacío.

Es un alimento natural y sabroso para agregar a tu consumo semanal de carnes.

¿Cómo?

Al horno, a la parrilla, a la plancha o a la cacerola. En todo tipo de preparaciones como milanesas, hamburguesas, guisos y estofados, adaptándose a tus necesidades.

Es tierna y se cocina como otras carnes.



Ministerio de Agricultura,
Ganadería y Pesca
Presidencia de la Nación

Características nutricionales

- › Contiene **proteínas de alto valor biológico** que aportan aminoácidos esenciales que el organismo no puede sintetizar.
- › Aporta una **buena relación de grasas mono y poliinsaturadas**, entre las cuales se encuentran los ácidos grasos esenciales **omega 3** y **omega 6**, que contribuyen a la prevención de problemas cardíacos, hipertensión y al control de los niveles de colesterol en sangre.
- › Provee **minerales** como el **hierro**, indispensable para la formación de glóbulos rojos y el **zinc**, importante para el buen funcionamiento de nuestro sistema inmunológico. También aporta **potasio** y **fósforo**.



**INCLUÍ CORDERO ARGENTINO
EN TUS COMIDAS**

#CorderoArgentino

#CorderoArgentino