

Concejos

Universidad del Sur este

Medicina, Veterinaria y Zootecnia.

Zootecnia en Concejos

Realizar un ensayo sobre el impacto
de la gastronomía mexicana.

Docente: Oscar Fabian Díaz

Alumna: Del Carmen López Mendota

Fecha: Lunes, 21 de Sep 2020

Fecha de entrega: Viernes, 25 Sep 2020.

Textila, Gutiérrez, Chiapas.

Introducción

El conejo es un alimento saludable y de gran calidad nutricional. Tiene un alto contenido en vitaminas del grupo B, que contribuye a disminuir el cansancio.

La carne de conejo es recomendable para personas que quieren controlar su peso corporal, problemas cardíacos o niveles elevados de colesterol.

Importancia de los conejos en la gastronomía.

El conejo es un alimento muy apreciado en la cocina por su versatilidad.

La carne de conejo sobresale por su textura fibrosa y fácil digestión.

Es un alimento bajo en calorías y proteínas.

La carne de conejo se puede considerar como magra, es decir, apenas contiene grasas y no cuenta con hidratos de carbono.

El conejo es fuente en fósforo, indispensable en el mantenimiento de huesos.

Cualidades nutricionales

- Es una carne con bajo contenido en colesterol.
- So bajo contenido en sodio y cantidad de grasa, que solo alcanza el 8%.
- bajo contenido en ácido úrico.

Existen 3 clases de conejos en gastronomía: ligeros, medianos y pesados.

ligeros: 2 y 3 kg.

- pesados: 5 y 8 kg.

Conclusión

La carne de Conejo es de alta calidad, alta digestibilidad, con un 21.5% de proteína, 3.5 de grasa, alto valor nutritivo, nivel de colesterol bajo, por lo que es recomendable para todo tipo de personas que requieran una dieta baja en grasa, como personas con problemas Cardiovasculares, con colesterol alto, etc.