



### El consumo de pescados con menos de un año ayuda a prevenir asma y eccemas futuros

# **Crianza de Nuestros Mares hace fácil darle a los niños todo lo bueno del pescado**

- **Sabrosas y suaves: doradas, corvinas y lubinas siempre en su momento óptimo de consumo, con la máxima garantía de frescura y calidad del sello de origen nacional**
- **Albóndigas, cachopo... recetas que ayudan a darles de comer pescado cualquier mes del año, de manera asequible y sencilla**
- **Cantidad y frecuencia, siempre siguiendo los consejos del pediatra**

(22-10-2019). El pescado es una de las bases de una **alimentación infantil saludable**. Se trata de un grupo de alimentos que tiene innumerables beneficios para el desarrollo de los niños, desde antes de haber cumplido el año y hasta la edad adulta. En su crecimiento, las proteínas de alto valor biológico, las que mejor asimila el organismo, resultan fundamentales para que éste se lleve a cabo con normalidad. Además, las vitaminas y los minerales del pescado son una forma eficaz de satisfacer las necesidades que de estos nutrientes tienen los más pequeños. Por otro lado, los ácidos grasos de los productos del mar, en especial el Omega 3, también resultan fundamentales para alcanzar un óptimo desarrollo.

Incorporar el pescado en la alimentación de los bebés, que aún no han llegado al primer año de edad, podría contribuir a reducir el riesgo de padecer asma y eccemas cuando se hacen mayores. Así se desprende de los estudios realizados por la Universidad Noruega de Ciencia y Tecnología, sobre los que se han hecho eco diversos medios de comunicación en España.

#### **Ayuda para los responsables de la cocina del hogar**

A pesar de los contrastados beneficios que tiene, a la hora de introducir el pescado en la alimentación y en el día a día, los encargados de hacer las comidas en casa se encuentran con el rechazo o la falta de interés. En sentido, el asesoramiento por parte de los pediatras es fundamental, a la hora de buscar las formas de **familiarizar** a los más pequeños con los sabores de los productos del mar.



## Nota de Prensa

Las **doradas, lubinas y corvinas** de *Crianza de Nuestros Mares* ponen al alcance de las madres, los padres y los tutores, pescados con una frescura insuperable, las máximas garantías alimentarias y el excelente sabor que solo el origen de nuestras costas puede garantizar. Además, gracias a su procedencia, los viveros ubicados en las aguas del litoral español, en apenas 24-36 horas estos pescados están en el punto de venta listos para protagonizar desde un delicioso puré hasta un filete rebozado.

Gracias a la labor de los pescaderos y pescaderas, los pescados de *Crianza de Nuestros Mares* se pueden pedir sin piel ni espinas, lo que facilita mucho la labor de elaborarlos en casa para los pequeños jueces de la alimentación. Habituarles desde los primeros purés al sabor del pescado aumenta las posibilidades de que lo acepten como alimento a lo largo de toda su infancia. Las doradas, lubinas y corvinas criadas en nuestras costas resultan deliciosas en recetas muy del gusto de los más pequeños, como los **rebozados** o las **albóndigas**.

### Cachopo de Lubina

<https://www.crianzadenuestrosmares.com/recetas-de-pescado/lubina/cachopo-de-lubina/>



### Albóndigas de Corvina con gambas y salsa de tomate

<https://www.crianzadenuestrosmares.com/recetas-de-pescado/corvina/albondigas-de-corvina-con-gambas-y-salsa-de-tomate/>



**Más información:** [ramon.arias@agrfoodmarketing.com](mailto:ramon.arias@agrfoodmarketing.com) - Tlf: 650 39 02 23



[crianzadenuestrosmares](https://www.facebook.com/crianzadenuestrosmares)



[crianzadenuestrosmares](https://www.instagram.com/crianzadenuestrosmares)



[www.youtube.com/channel/UCYGaazvGqtLUKDFBGcz8FpA](https://www.youtube.com/channel/UCYGaazvGqtLUKDFBGcz8FpA)



[www.crianzadenuestrosmares.com](http://www.crianzadenuestrosmares.com)



[@Nuestros\\_Mares](https://twitter.com/Nuestros_Mares)