

NUTRICIÓN DE LA CARNE

El consumo de carnes de vacuno no sólo suministran gran cantidad de proteínas imprescindibles para el organismo sino que también se acompañan de aminoácidos esenciales necesarios. Estas sustancias son indispensables para el crecimiento, las defensas y la regeneración de los tejidos.

El músculo de los vacunos contienen agua (75%) proteína (18%) lípidos (5%) y en menor proporción otros componentes como azúcares, aminoácidos y minerales como el hierro o el cinc.

