

Sábado 7 de mayo: NO ES COSA DE NIÑOS... LÁCTEOS en el Día de Mercado de la Cámara Agraria.

Alimentarse correctamente tiene una gran importancia para mantener una buena salud. Las principales Guías en Alimentación recomiendan tomar entre dos y cuatro raciones al día de lácteos, dependiendo de la edad y circunstancias de cada colectivo. No es solo **cosa de niños**.

Productos básicos en toda despensa, los lácteos serán los protagonistas de esta edición, en la que estarán presentes más de diez participantes de este sector. En nuestra Comunidad tenemos quesos de todo tipo: de oveja, de cabra, de vaca y sus respectivas mezclas; curado, semicurado, tierno, fresco, de pasta... En resumen, podremos disfrutar de una amplia carta de quesos que sus mismos productores nos presentarán directamente, explicándonos mejor que nadie su proceso de elaboración, sus características y sus maridajes. Entre tanta oferta resultará una elección difícil, pero es seguro que cada visitante del Día de Mercado encontrará más de un queso que se adapte a sus propios gustos y preferencias.

La elaboración de quesos es un valor que cotiza al alza en la Comunidad de Madrid, gracias al esfuerzo y buen hacer de las queserías artesanales de nuestra región, la mayoría de las cuales dispone de ganadería propia en extensivo. Aunando tradición e innovación, experimentando con nuevas texturas y sabores, introduciendo productos y presentaciones originales, nuestros quesos están consiguiendo una indiscutible calidad y reconocimiento, como prueban los numerosos galardones que están recibiendo tanto en certámenes nacionales como internacionales.

Alimentos muy completos desde el punto de vista nutricional, los lácteos son fuente de calcio, vitaminas, proteínas, triglicéridos y antioxidantes. Su consumo continuado y adecuado contribuye a prevenir enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2, osteoporosis... y, además, están riquísimos y forman parte de nuestra elogiada "dieta mediterránea", ideal y perfecta para mejorar la calidad de vida.

Junto a quesos de diferentes y distantes municipios de nuestra Comunidad: de Campo Real (**Cooperativa Castellana de Ganaderos**) a San Mamés (**Queso artesano Santo Mamés**); de Torremocha de Jarama (**Quesería Jaramera**) a Colmenar de Oreja (**Queso Ciriaco**); de Ciempozuelos (**Quesos Marqués de Mendiola**) a Torrelaguna (**La Pastora de Guadarrama**); de San Martín de la Vega (**Vega de San Martín**) a Guadalix de la Sierra (**Quesería Peña Rubia**) y Bustarviejo (**Quesería La Caperuza**), disfrutaremos también de los yogures cremosos y líquidos de **Los Combos** (Móstoles) en sus variados sabores y ¡cómo no! de la leche, nata, mantequilla y postres caseros -*cuajada de oveja, natillas de huevo, flan de huevo y flan de queso*- de **La Colmenareña** (Colmenar Viejo).

No es un secreto que el sector lácteo español atraviesa momentos difíciles. Nuestra Comunidad no es una excepción y desgraciadamente son muchas las explotaciones que están cerrando en los últimos años por falta de rentabilidad. Desde el Día de Mercado de la Cámara Agraria queremos mostrar nuestro apoyo y agradecimiento a todos los que, con ilusión, esperanza y trabajo, se esfuerzan por continuar produciendo para nosotros, sus consumidores más cercanos, que tenemos la suerte de poder disfrutar de su dedicación y profesionalidad. Cuidemos a nuestros agricultores y ganaderos. No olvides que **MADRID, CULTIVA Y PRODUCE** para ti.

Aunque la estrella de la jornada serán los lácteos, no faltarán el resto de excelentes productos de proximidad a que estamos acostumbrados ni, por supuesto, las rosquillas típicas de las cercanas fiestas de San Isidro, nuestro patrón. **¡¡¡TE ESPERAMOS!!!**

Lugar: Sede de la Cámara Agraria de la Comunidad de Madrid. Pº Puerta del Ángel, 4.

Recinto Ferial Casa de Campo,  Lago  Puerta del Ángel

Horario: de 10 a 15 horas. **ENTRADA LIBRE**

Información: 91 463 81 50/91 463 57 05 www.camaraagraria.org

