

El cangrejo de Corea o de las nieves, el alimento perfecto para una dieta sana en verano

Tiene alto contenido en proteínas y no contiene carbohidratos ni azúcares. Importado a España por Friusa, es un alimento natural rico en aminoácidos esenciales

Llega el verano y, con él, la relajación en los hábitos alimenticios y los excesos en la dieta. Los alimentos ricos en grasas saturadas y azúcares añadidos, los helados industriales, las bebidas refrescantes y los festivales gastronómicos se convierten en parte de la rutina estival. Si se quieren evitar los excesos en la alimentación durante el verano, es fundamental mantener una dieta equilibrada y variada... para conseguirla, un alimento como el cangrejo de Corea o de las nieves es el aliado perfecto: aporta las proteínas necesarias, pero sin azúcares añadidos ni carbohidratos.

Importado a España por Friusa, y rico en proteínas, vitaminas y nutrientes, el cangrejo de Corea contiene grandes cantidades de aminoácidos, que ayudan al organismo a segregar insulina y a mantener un buen biorritmo. Su consumo es beneficioso para el correcto desarrollo de las funciones biológicas del cuerpo humano. El cangrejo de Corea o de las nieves se pesca en las aguas frías del norte del Océano Pacífico, un entorno apropiado para su crecimiento debido a sus aguas profundas y gélidas.

Entre los minerales que contiene el cangrejo de Corea se encuentran algunos que son difíciles de localizar en otros alimentos, como el yodo, zinc o el magnesio, además de hierro, calcio, fósforo y potasio.

Al no contener carbohidratos ni azúcares, el cangrejo de Corea favorece la pérdida de peso – de hecho, su consumo se incluye en muchas dietas de adelgazamiento o de entrenamiento – además de mejorar la salud del corazón y ayudar a regular los niveles de azúcar en sangre.

Contiene un elevado porcentaje de proteínas (hasta 23,7 gramos de proteína por ración de 100 gramos) pero aporta pocas calorías. También es rico en Omega 3, que ayuda al cuerpo a mantener el colesterol en niveles óptimos, y contiene vitaminas C, B3, B5 y B6.

Más información:

<https://www.cangrejocorea.com/>

<https://friusa.es/pescados-y-mariscos/>

Datos de contacto:

IGNACIO ALMIRALL

630187844

Nota de prensa publicada en: [Barcelona](#)

Categorías: [Nutrición](#) [Gastronomía](#) [Restauración](#) [Consumo](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>