

Sábado 6 de mayo, DÍA DE MERCADO. Hay muchas formas de tomar lácteos... ¡ven a comprobarlo!

Los lácteos son alimentos muy completos desde el punto de vista nutricional. Son fuente de calcio, de vitaminas, de proteínas, de triglicéridos y de antioxidantes. El consumo continuado y adecuado de lácteos contribuye a prevenir enfermedades cardiovasculares, diabetes, obesidad y osteoporosis... y, además, están estupendos.

El Día de Mercado del próximo 6 de mayo estará especialmente dedicado a los productos lácteos, así que si te gusta la leche, el yogur, el requesón y, sobre todo, el queso, no puedes dejar de venir a visitarnos. Estarán presentes la Cooperativa Castellana de Ganaderos, de **Campo Real**, La Colmenareña, de **Colmenar Viejo**, Los Combos, de **Móstoles**, Quesería La Caperuza, de **Bustarviejo**, Quesería Peña Rubia, de **Guadalix de la Sierra**, Queso Artesano Santo Mamés, de **San Mamés**, Quesos Marqués de Mendiola, de **Ciempozuelos** y Vega de San Martín, de **San Martín de la Vega**.

Esta edición del "Día de Mercado" está repleta de novedades para los paladares más exigentes:

¿Sabías que el mejor chorizo del mundo se elabora en Colmenar Viejo? Pues sí, y lo hace "**Sabores Sierra de Madrid**" que ha recibido el Primer Premio en la categoría de *chorizos especiales* en el último certamen celebrado en Covalada, compitiendo con cientos de pequeñas y grandes empresas del sector. Lo elaboran con partes nobles de ternera de la IGP Sierra de Guadarrama, es cien por cien natural, sin gluten ni lactosa y tiene la mitad de grasa que los de cerdo convencional.

Granja Colmenar, también de Colmenar Viejo, presentará su paté de ternera de la IGP Sierra de Guadarrama. Tres variedades, tres: natural, a la pimienta y con dátil y pistachos. Todas sin gluten.

Marlon Conservas, de Camarma de Esteruelas, sigue presentando unas recetas irresistibles: Garbanzos castellanos con aceite de sésamo, limón y hierbabuena, que aportan frescura y ligereza. Sabores con reminiscencias del oriente mediterráneo. Conservas artesanas de lujo oriental, *made in madrid*.

Finca Casa de Oficios, de Torremocha de Jarama, presentará nuevos productos. A destacar su Hummus de garbanzo. Alta calidad garantizada, como todo lo que hacen.

La Tahona de Talamanca, de Talamanca de Jarama, traerá un dulce típico de esa localidad, que se elabora en honor a San Isidro: Espigas de pasas y vino dulce. No te las pierdas.

Y de postre...¡¡¡FRESAS!!!. Nos las traerá **Verduras El Guarda**, de Fuenlabrada. Puedes probarlas solas o con miel de **Madrid Miel**, de Leganés. Además de ser deliciosa, su innovadora característica es que siempre la encontrarás en estado gelatinoso, muy fácil para untar.

Y, por supuesto, Vinos de Madrid. Con estas temperaturas un perfecto acompañante es el vino rosado de **Bodegas Siguín**, de Cadalso de los Vidrios. Tiene un color frambuesa pálido que de entrada te seduce a la vista. En boca es fresco, ligero y, a la vez, complejo, elegante y equilibrado. Vamos, que está estupendo.

Además de estas novedades podrás encontrar, como siempre, las mejores verduras y hortalizas, carnes de la IGP Sierra de Guadarrama, cordero, ibéricos, dulces, miel, mermeladas, pan, vinos, cerveza artesanal, vermut, garbanzos, ahumados, aceitunas y un largo etcétera para llenar tu carrito de la compra de productos excelentes, saludables, directos de productor a consumidor y, por supuesto, 100 x 100 madrileños. **Porque Madrid también es Campo y produce para ti.**

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

