



¿En dónde
comprar carnes,
pollo y pescados
de gran calidad?

El pollo, la carne de res y de cerdo, son una gran fuente de proteína de origen animal, y suelen formar parte de nuestra dieta habitual. Al igual que los diferentes tipos de pescado, que además de proteína, aportan grasas necesarias y benéficas para la salud.



Si no sabes en dónde conseguir estos productos y que sean de calidad, sigue leyendo, ya que en Libera Tu Salud, te compartimos diferentes lugares que puedes visitar para conseguir productos con un alto valor nutricional y así llenar tu cocina con estos alimentos.



Wild Fork

Tiendas especializadas en la venta de pollo, res, pavo, pescados, mariscos y complementos congelados. Trabajan con un método de congelación rápida, que permite que los alimentos conserven sus propiedades nutrimentales y tengan una mayor vida de anaquel.

Tienen una gran variedad de productos, y puedes encontrar cortes magros de gran calidad. Visita sus múltiples sucursales, o haz tus pedidos en línea.

MERCADO EL 100

Primer mercado de productores locales, orgánicos y ecológicos en la CDMX

Mercado El 100:

Formado por una red de proveedores y productores completamente mexicanos, en este mercado podrás encontrar productos de origen animal orgánicos, tanto frescos, como empaquetados al vacío de alta calidad.



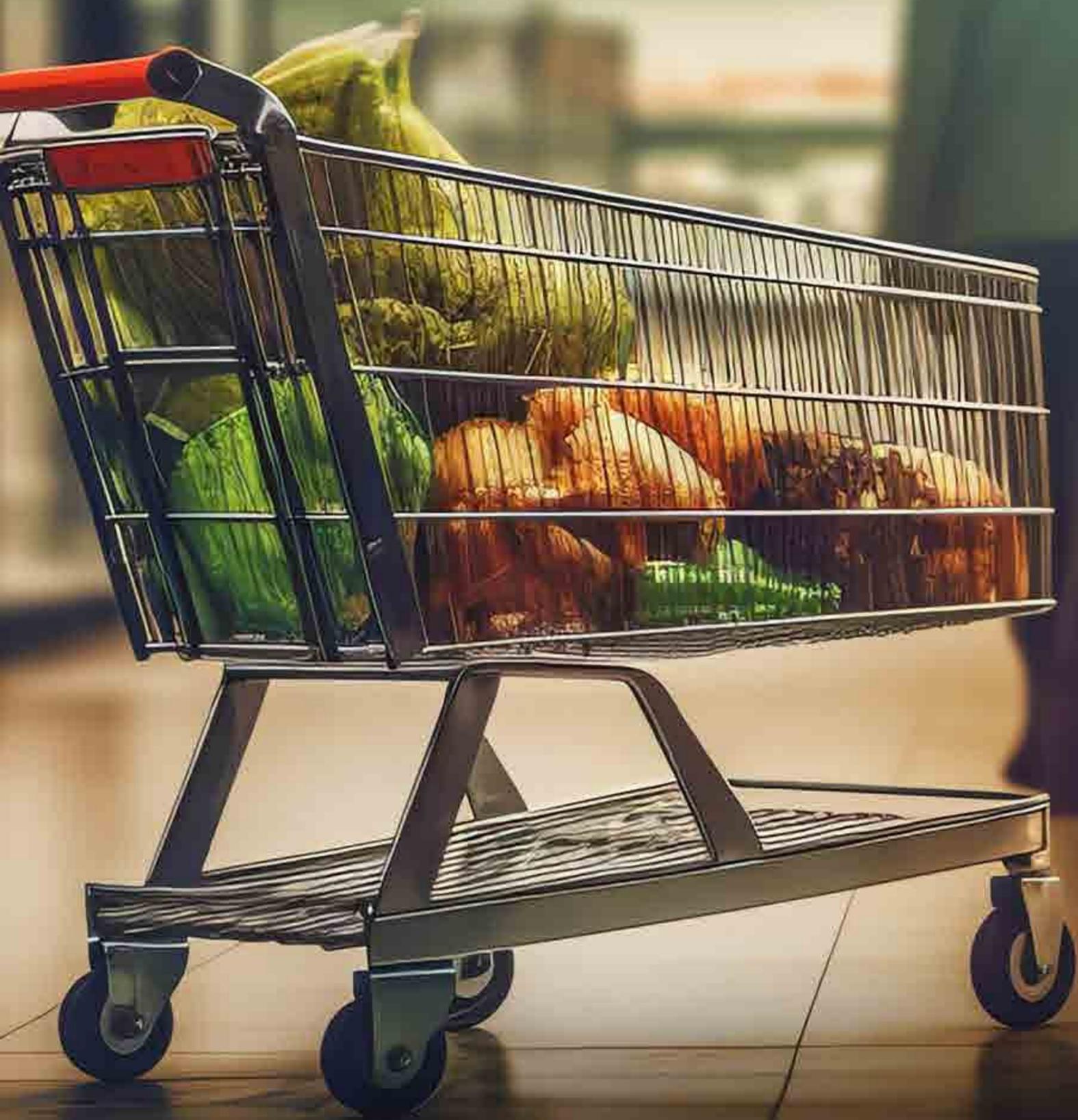
Puedes visitarlos en la siguiente dirección: Cda. Orizaba S/N, Roma Sur, Cuauhtémoc, 06760 Ciudad de México, CDMX. O ingresar a su tienda en línea, con envíos a la CDMX.

Mercado de San Juan:

Considerado como un mercado Gourmet, en la Ciudad de México este mercado ofrece una gran cantidad de productos frescos. Aquí puedes encontrar pescados, mariscos, pollo, cerdo, res y pavo distribuidos por proveedores mexicanos.



Visítalos en la siguiente dirección: 2ª Calle de Ernesto Pugibet 21, Colonia Centro, Centro, Cuauhtémoc, 06070 Ciudad de México, CDMX



Supermercado:

Acudir al supermercado es una opción práctica y suele ser más fácil, por lo que si decides comprar carne, pollo, pescado, res o cerdo en este lugar, te recomendamos optar por los cortes magros. Puedes pedirle a los de la carnicería que te ayuden a limpiar tus cortes y piezas, quitándole así el exceso de grasa saturada.

City Market:

Este supermercado se considera lujoso, y puede tener precios altos, sin embargo, la calidad de sus mariscos, pescados, carnes y pollo es alta, y tienen productos difíciles de conseguir en otros supermercados, por lo que hacer visitas para compras específicas es recomendable.

