



BASES LEGALES

CONCURSO DE RECETAS DIVULGATIVO

“CENTENARIO DE LA CORUÑESA”

· LIBRO RECETARIO FINAL ·

Enero 2023

La Coruñesa lanza este concurso durante un mes (28 enero-28 febrero) con **DOS** **OBJETIVOS**:

1. **Fomentar el consumo de pescado** entre las familias, especialmente entre los **niños y jóvenes**, ante la necesidad de fomentar una dieta saludable y equilibrada que incluya estos productos, y que apoye la disminución de la obesidad infantil.
2. **Divulgar recetas sencillas** que ayuden a las familias y colegios a incorporar el pescado en la dieta diaria de una forma atractiva para los menores.

Algunos **DATOS CIENTÍFICOS Y SOCIALES** importantes:

- Los especialistas recomiendan **consumir pescado 3-4 veces por semana** y solo el 23 % de los españoles llega al [consumo semanal](#) de pescado recomendado, muchas veces por no saber cómo prepararlo de forma apetecible o atractiva para ellos
- El pescado es básico en el **desarrollo neurológico de los niños**. También se ha comprobado que la ingesta de pescado es de particular interés para el neurodesarrollo del bebé en época prenatal y posnatal, como demuestran distintos [estudios](#) (para la formación de la membrana celular, el desarrollo de las neuronas y sus conexiones sinápticas). Y para mejorar la [concentración](#) en adolescentes.
- Es fuente de **proteínas, vitaminas y grasas saludables**, como Omega 3
- **El 40 % de los niños de entre 6 y 9 años tiene sobrepeso** u obesidad, y la incidencia aumenta con la edad, según el Estudio [Aladino 2019](#), elaborado por el Ministerio de Consumo y la Agencia Española de Seguridad Alimentaria (AESAN). Reducir los índices de obesidad infantil es una prioridad estratégica a nivel internacional. El número creciente de niños y niñas con sobrepeso u obesidad ha disparado todas las alarmas de las instituciones de salud pública. **Casi el 80 % de los escolares necesita mejorar la dieta.**
- Existe un [Plan estratégico nacional para la reducción de la obesidad infantil \(2022-2030\)](#)
- El **66 % de los niños menores de 12 años comen en el colegio**. La escuela puede ser un espacio para aprender a comer de forma saludable.
- No podemos olvidar tampoco **los beneficios del pescado en adultos** y [mayores](#)



Los **REQUISITOS INDISPENSABLES PARA PARTICIPAR** en esta acción divulgativa y promocional se describen en las siguientes bases:

BASES DEL CONCURSO

1. DATOS BÁSICOS

- **NOMBRE:** Concurso de recetas “Centenario La Coruñesa”
- **DESCRIPCIÓN:** Concurso de recetas “caseras”, sencillas, en las que se utilice el pescado como ingrediente principal. Se seleccionarán las 30 mejores para editar un libro de recetas.

2. EMPRESA ORGANIZADORA

La organización de las acciones promocionales está promovida por LA CORUÑESA, S.A., con sede en Ronda de la Industria, 130, 22006 Huesca, NIF A22013106 y correo electrónico correo@lacorunesa.com

3. OBJETIVOS

- **Fomentar el consumo** de pescado en las familias, niños y comedores escolares
- **Proponer recetas** con ingredientes básicos y sencillos, que puedan servir para que una familia cocine pescado en el día a día
- Ayudar a las familias para **introducir mejor el pescado en la dieta de sus hijos**
- Recopilar las **30 mejores recetas en un libro** que después se distribuirá en comercios, supermercados, clientes de La Coruñesa, comedores escolares... para que llegue a todos los públicos
- Dar **difusión a las propiedades nutricionales del pescado** como alimento saludable y parte de una dieta equilibrada, luchando contra la obesidad infantil
- **Dar a conocer los diferentes productos del mar o de los ríos**, también de km 0, que las familias pueden adquirir para cocinar en el día a día

Durante el mes del concurso, La Coruñesa publicará en sus redes sociales **información nutricional** de los pescados propuestos para realizar las recetas, para fomentar su consumo y apoyar una dieta variada y saludable.

4. PARTICIPANTES

- **DOS CATEGORÍAS:**
 - **Profesionales** de hostelería de Huesca, Zaragoza y Teruel que compren el producto en La Coruñesa (distribución de producto a través de su red comercial para canal horeca)
 - **Aficionados** que compren en comercios de la provincia de Huesca y Zaragoza a los que distribuye La Coruñesa y quieren colaborar (listados en el punto 6)



- Los participantes deben ser mayores de 18 años
- Plazo para enviar al email comunicacionlacorunesa@gmail.com o al whatsapp 688 285 464 las fotos y recetas: entre el 28 de enero a las 9 de la mañana y el 28 de febrero de 2023 a las 11 de la noche.
- Durante la primera quincena de marzo de 2023 el jurado tomará su decisión de los 6 finalistas y realizará la cata final de los platos
- No podrán participar los trabajadores de La Coruñesa ni los miembros del Jurado

5. FUNCIONAMIENTO

- **Producto:** se podrá utilizar merluza, trucha Pirinea, salmón, gallo, gallo de San Pedro, chicharro, lubina, dorada, anchoa, atún, corvina, bacalao, sepia, calamar, chipirones, palometa, lenguado (halibut), cazón, emperador (marrajo), limanda, rape y perca. O algún otro producto similar de consumo habitual.
- **Pasos para participar (hasta el 28 de febrero de 2023):**
 - **Comprar** producto de La Coruñesa en pescaderías, Supermercados Altoaragón y Coaliment en la provincia de Huesca, o en pescaderías colaboradoras de Zaragoza (ver listado en punto 6 de estas bases).
 - Elaborar una **receta** sencilla donde el ingrediente principal sea ese pescado y con ingredientes básicos que se pueden encontrar fácilmente, que se usan habitualmente en la cocina (no serán válidos los ingredientes poco conocidos o difíciles de conseguir)
 - Hacer una **foto** del plato en horizontal desde arriba, que sea de calidad (con luz natural, nítida, no borrosa, en color), donde se vea bien el plato entero. Se podrán colocar ingredientes alrededor del plato para decorar.
 - **Redactar** la receta (ingredientes y proceso de elaboración paso a paso), de forma sencilla
 - **OPCIÓN 1 (REDES SOCIALES):** Publicar la foto con la receta y el texto en las redes sociales del participante (en Instagram o en Facebook o en ambas), poniendo “Concurso de recetas La Coruñesa” y etiquetando a @lacorunesahuesca (**Es opcional pero el jurado valorará la publicación en redes y los “likes” o “me gusta” de forma positiva**)
Enviar una captura de pantalla de la publicación a comunicacionlacorunesa@gmail.com (por si el participante tiene su cuenta privada) o al whatsapp 688 285 464 CON LOS SIGUIENTES DATOS: nombre completo, teléfono y nombre del comercio donde ha adquirido el producto (en el caso de ser aficionado) o restaurante/centro en el que trabaja (en el caso de ser profesional)
 - **OPCIÓN 2 (NO REDES SOCIALES):** Si no se publica en redes sociales, se puede enviar la receta escrita y la foto a comunicacionlacorunesa@gmail.com o al whatsapp 688 285 464 CON LOS SIGUIENTES DATOS: nombre completo, teléfono y nombre del comercio donde ha adquirido el producto (en el caso de ser aficionado) o restaurante/centro en el que trabaja (en el caso de ser profesional)



Cada concursante podrá participar con una única receta. **Tendrán que ser seguidores de La Coruñesa**, al menos en la red social en la que publiquen su receta.

Para los participantes: Pueden realizarse fotos con móvil siempre que sean nítidas, cumplan los requisitos y se pueda enviar por email la foto original (en el caso de que su receta sea ganadora o sea seleccionada para publicar en el libro).

6. DÓNDE COMPRAR EL PESCADO

Comercios que son clientes de La Coruñesa, que colaboran en el concurso. Se puede adquirir el producto en... (para aficionados a la cocina):

PROVINCIA DE HUESCA:

- Pescaderías dentro de *Supermercados Altoaragón de Huesca capital y provincia*
- Pescados Mompradé
- Pescadería Pirineos
- Pescados San Jorge
- Pescaderías dentro de *Supermercados Coaliment de Grañén y Almudévar*

ZARAGOZA CAPITAL:

- *Pescados Francia*
- *Pescados Las Torres*

7. PREMIOS

PREMIOS (PARA CADA UNA DE LAS DOS CATEGORÍAS, POR SEPARADO, PROFESIONALES Y AFICIONADOS):

- **1º PREMIO:** Invitación para dos personas en un restaurante Estrella Michelin de Aragón + 200 euros
- **2º PREMIO:** 200 euros
- **3º PREMIO:** 100 euros

Para los seis premiados, con sus respectivos acompañantes y miembros del jurado, se organizará una visita guiada a las instalaciones que nuestro proveedor Caviar Pirinea, tiene en Yesa (Navarra). Allí, su director comercial, Pedro Mecoleta, realizará una presentación de la empresa y guiará el recorrido por la piscifactoría más importante de



la compañía. Posteriormente, nuestro grupo realizará una degustación exclusiva de productos (caviar, trucha, esturión...) y se entregará un obsequio a los premiados y al jurado.

Para todos los participantes: La Coruñesa **regalará un delantal negro** corporativo del Centenario a todos los participantes. Los participantes recogerán su delantal en los puntos de venta de Huesca o Zaragoza indicados en el punto 6, donde hayan adquirido el producto de su receta, con su nombre y DNI, una vez enviado el email a comunicacionlacorunesa@gmail.com o al whatsapp 688 285 464. En el caso de profesionales, el comercial correspondiente les hará llegar el delantal.

NORMAS:

- Los premios serán personales e intransferibles y no podrán ser sustituidos por cualquier otro producto o servicio.
- En el caso en que el ganador no responda en el plazo de 48 horas, se procederá a contactar con el siguiente participante en el ranking de seleccionados
- La Coruñesa no será responsable del uso que se dé por los ganadores a los premios otorgados en el marco del presente Concurso o de cualesquiera daños y perjuicios que se provoquen en su disfrute.
- La Coruñesa podrá divulgar el nombre de los ganadores, foto de la receta y texto por cualquier medio o forma de comunicación, en cualquier soporte.
- Los ganadores tendrán que disfrutar de su premio en los 3 meses siguientes a su comunicación.

SELECCIÓN DE GANADORES:

- Las **6 recetas** que entrarán en la selección final (tres profesionales y tres aficionados) serán:
 - las tres de **aficionados** que elija el jurado al finalizar el plazo y que tengan más “me gusta” al finalizar
 - y las tres de **profesionales**, teniendo en cuenta los siguientes criterios: resultado final del plato, facilidad de elaboración, ingenio para crear la receta.
- La Coruñesa invitará a los **6 finalistas** a llevar su receta elaborada para que sea degustada en un establecimiento de hostelería de Huesca por un jurado compuesto por 4 niños/as de Primaria y la ESO, un chef, un responsable de comedor escolar y un representante de la Escuela de Hostelería de Huesca.
- La Coruñesa elegirá las **30 mejores recetas** para publicar un **libro de recetas** con pescado para familias, además de en sus redes sociales.
- La Coruñesa **regalará un delantal negro corporativo del Centenario a todos los participantes**. Los participantes recogerán su delantal en los puntos de venta de Huesca o Zaragoza indicados en el punto 6, donde hayan adquirido el producto de su receta, con su nombre y DNI, una vez publicada la receta y enviado el email a comunicacionlacorunesa@gmail.com o al whatsapp 688 285 464. En el caso de profesionales, el comercial correspondiente les hará llegar el delantal.



8. JURADO

El Jurado del Concurso está compuesto por:

- **Eduardo Salanova**, chef del Espacio N – Venta del Sotón (Estrella Michelin)
- **Víctor González Ruiz**, jefe de cocina del Colegio San Vicente de Huesca
- **Fernando Gutiérrez**, profesor de la Escuela de Hostelería San Lorenzo de Huesca
- **Cuatro niños** de Huesca (Primaria y ESO)

9. DISPOSICIONES GENERALES

- La participación en este concurso supone la **aceptación plena** e incondicional de estas bases legales
- LA CORUÑESA se reserva el **derecho a modificar las presentes bases** o cancelar el concurso, si lo considera necesario
- Los concursantes cederán a La Coruñesa los **derechos para publicar** la foto y texto de la receta, así como el nombre de los ganadores y autores de las recetas finales que serán publicadas en el libro
- **DATOS PERSONALES:** Al entregar sus datos personales, los participantes aceptan expresamente las condiciones del concurso descritas en estas bases de participación. En cumplimiento con lo dispuesto en la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal, Real Decreto 1720/2007, de 21 de Diciembre, por el que se aprueba el Reglamento de desarrollo de la Ley Orgánica 15/1999 y demás normativa de desarrollo de la misma (LOPD), la información de los participantes recogida por LA CORUÑESA será incluida en un fichero automatizado responsabilidad de la empresa. Los datos de los participantes serán utilizados por LA CORUÑESA con la finalidad única de gestionar su participación en el presente concurso (contactar con los participantes ganadores y finalistas, poder publicar sus nombres, fotos de receta y texto en redes sociales, notas de prensa y libro de recetas, para organizar el concurso final...). No se transmitirán dichos datos a terceras empresas. Los participantes tienen derecho a solicitar el acceso a sus datos personales y, según el caso, puede solicitar la rectificación, supresión u oposición.
- **LEY APLICABLE Y JURISDICCIÓN:** Las acciones promocionales se rigen por la ley española. LA CORUÑESA y los participantes en el concurso, con renuncia expresa a cualquier otro fuero, se someten al de los juzgados y tribunales de Huesca para cualquier controversia que pudiera derivarse de este concurso.