

Programa de frutas y verduras frescas: ABRIL 2023

Featured Fruta Fresca: PERAS DE MANZANA ASIÁTICAS



Beneficios para la salud:

1. Alto contenido de fibra: energía estable y salud digestiva
2. Contiene el mineral cobre – energía y glóbulos rojos
3. Vitamina K – coagulación de la sangre



Datos curiosos:

1. Las peras de manzana asiáticas a veces se llaman manzanas asiáticas, ya que son más crujientes que una pera típica y tienen la forma más parecida a una manzana.
2. En Japón, alguna vez se creía que las peras asiáticas evitaban la desgracia. ¡A menudo se plantaban en la esquina de las propiedades para alejar el mal!
3. Las peras asiáticas son nativas de Japón y China y se han cultivado durante más de 3.000 años.

