

Programa de frutas y verduras frescas: Abril 2023

Featured Fresco Verdura: **MINI PIMIENTOS DULCES**



Beneficios para la salud:

1. Vitamina C: apoya el sistema inmunológico, la piel sana y la curación
2. Vitaminas B: cerebro y sistema nervioso, formación de sangre, metabolismo y energía
3. Cobre: formación de glóbulos rojos, salud ósea, función inmune



Datos curiosos:

1. Estos pimientos son originarios de América Central y del Sur.
2. Se cree que los pimientos mini dulces son un híbrido del pimiento de pájaro silvestre y un pimiento.
3. Estos mini pimientos crecen en arbustos y son conocidos por su apariencia pequeña y colorida y sabor dulce.

