

Programa de frutas y verduras frescas: Abril de 2023

Featury Fresco Verdura: ZANAHORIAS



Beneficios para la salud:

1. Vitamina C – sistema inmunológico y curación
2. Alto contenido de betacaroteno – apoya la visión saludable
3. Alto contenido de fibra: salud digestiva y energía estable



Datos curiosos:

1. ¡Las zanahorias bebé no nacen así! Se cortan de un tipo especial de zanahoria que es tierna y estrecha.
2. ¡La zanahoria que se usa para las zanahorias bebé se cosecha a los 120-140 días, donde las zanahorias de tamaño completo crecen durante 160-220 días!
3. ¡Las zanahorias moradas contienen un antioxidante especial llamado antocianina!

