



DESCRIPCIÓN

Fruto semi-redondo con una cascara dura de color beige, anaranjada o verde y de pupla anaranjada, con semillas en el corazón de la fruta.

NUTRIENTES/ BENEFICIOS

Vitaminas A, C, Calcio, Magnesio, Fósforo, potasio.
Por su alto contenido de fibra es ideal para ayudar a la digestión.

PREPARACION/USOS

- Pelar, remover las semillas y preparar de la forma deseada.
- Cocinado
- Asado
- Al vapor
- A la parrilla

CUANDO COMER

Listo para comer una vez se ha cosechado.

MANEJO DE PRODUCTO

Mantener a temperatura ambiente.