



## DESCRIPCIÓN

De forma ovalada con piel verde/ amarillenta y pulpa anaranjada.

## NUTRIENTES/ BENEFICIOS

Beta Caroteno, Calcio, Potasio, Fibras, Vitaminas A y C.  
Contiene una enzima llamada "papaina" que ayuda a la digestión,  
Sirve para aliviar los Dolores de estómago e inflamación estomacal.  
Contiene la enzima "retinina" que ayuda a eliminar parásitos.

## PREPARACION/USOS

- Cortar verticalmente, pelar la piel y remover las semillas.
- Adicionar al yogurt, cereal
- Ensalada de frutas

## CUANDO COMER

Cuando la cascara presenta color amarillo.

## MANEJO DE PRODUCTO

Mantener a temperatura ambiente. Una vez la fruta esté Madura, mantener refrigerada.