



DESCRIPCIÓN

Fruta redonda pequeña, de color anaranjado, con pequeñas semillas comestibles.

NUTRIENTES/ BENEFICIOS

Calcio, Fósforo, Vitamina A y C. Por su alto contenido de poli fenol y carotenoides, es conocida por ser una fruta con propiedades anti-inflamatorias y antioxidantes.

PREPARACION/USOS

- Remover la cascara y lavar la fruta.
- Ensalada de frutas
- Adicionar al helado, ensaladas verdes, yogurt,

CUANDO COMER

Cuando la cascara está de color amarillo.

MANEJO DE PRODUCTO

Mantener refrigerada.