Louisiana HARVEST of the MONTH



Patate douce

Informations insolites sur la patate douce !

- La patate douce est le légume emblématique de la Louisiane.
- Bien que l'igname et la patate douce soient deux légumes différents, la patate douce est souvent appelée igname en Louisiane.
- La patate douce est plus nutritive lorsqu'elle est consommée avec sa peau.



La patate douce est nutritive et bonne pour vous !

- Souvent qualifiée de « Concentré nutritionnel ».
- Excellente source de vitamine A, de vitamine C et de manganèse.
- Bonne source de vitamine B6, de fibres alimentaires et de potassium.



Cette publication a été financée par l'USDA grâce au soutien du programme Louisiana Farm to School du LSU AgCenter dans le cadre d'un accord interinstitutionnel avec le ministère de l'Éducation de la Louisiane.

Cette institution souscrit au principe d'égalité des chances.

MISC-141-FR (250) 07/26 REP.
Le LSU AgCenter et la LSU assurent l'égalité des chances à tous, dans le cadre de leurs programmes et de l'emploi.