Louisiana HARVEST of the MONTH



Tomate

Datos curiosos sobre los tomates

- Los tomates son lo que más se cultiva en los huertos caseros.
- Hay tomates de muchos colores diferentes: morados, amarillos, rosa, verdes, blancos y hasta negros.
- Los tomates siguen madurando después de cosecharlos. Coloque tomates semimaduros en un recipiente transpirable, con un plátano o una manzana maduros para acelerar el proceso de maduración.





¡Los tomates son nutritivos y saludables!

- Excelente fuente de vitaminas A y C.
- Buena fuente de vitamina K y potasio.
- Ricos en licopeno, un antioxidante beneficioso.

Esta publicación está financiada por el USDA mediante su apoyo al programa Farm to School de Luisiana, en LSU AgCenter, a través de un acuerdo interinstitucional con el Departamento de Educación de Luisiana.

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

MISC-146-SPAN (250) 7/26 REP.
LSU AgCenter y LSU ofrecen igualdad de oportunidades en sus programas y en el empleo.