Louisiana HARVEST of the MONTH



Pepinos

Datos curiosos sobre los pepinos

- La mayor parte del sabor del pepino está en las semillas.
- Los pepino están más fríos por dentro que por fuera, de ahí la expresión “fresco como un pepino”.
- ¡No los peles! La mayoría de los nutrientes de los pepinos se encuentran en la piel.





¡Los pepinos son nutritivos y saludables!

- Bajo en calorías.
- Buena fuente de vitamina C.
- Buena fuente de vitamina K.

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-144- SPAN (250) 7/26 REP.
LSU AgCenter y LSU ofrecen igualdad de oportunidades en sus programas y en el empleo.