Acelgas

Sabor dulce parecido a la espinaca. Tiene acción diurética y ligeramente laxante.

Origen: Huerta de Valencia.
Producción propia.
Certificación ecológica.
Sin tratamiento post-cosecha.

MESES	SEP	OCT	NOV	DIC	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO
TEMPORADA ÓPTIMA	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

Escarola rizada

De la familia de las endivias es muy crujiente y tiene un sabor más amargo, muy útil como tónico estomacal, ligeramente laxante y depurativa.

Origen: Huerta de Valencia.
Producción propia.
Certificación ecológica.
Sin tratamiento post-cosecha.

MESES	SEP	OCT	NOV	DIC	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO
TEMPORADA ÓPTIMA	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

Canónigos

Una ración aporta la mitad de las necesidades de vitamina `C´ indispensable para reforzar el sistema inmune. Sabor característico que recuerda a las avellanas.

Origen: Huerta de Valencia.
Producción propia.
Certificación ecológica.
Sin tratamiento post-cosecha.

MESES	SEP	OCT	NOV	DIC	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO
TEMPORADA ÓPTIMA			■	■	■	■	■	■	■	■		

Espinacas

Hoja muy tierna, de sabor muy suave, ligeramente ácida y muy completa nutricionalmente. Rica en Hierro y vitamina `C´, tandem perfecto para aportar energía.

Origen: Huerta de Valencia.
Producción propia.
Certificación ecológica.
Sin tratamiento post-cosecha.

MESES	SEP	OCT	NOV	DIC	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO
TEMPORADA ÓPTIMA		■	■	■	■	■	■	■	■	■		

Lechuga

Refrescante por su alto contenido en agua y muy tierna. Destaca su contenido en ácido fólico.

Origen: Huerta de Valencia.
Producción propia.
Certificación ecológica.
Sin tratamiento post-cosecha.

MESES	SEP	OCT	NOV	DIC	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO
TEMPORADA ÓPTIMA												

Rúcula

La rúcula tiene un sabor peculiar y es rica en vitamina `A´y antioxidantes pero además recientemente se está estudiando por su alto contenido en glucosinolato, esta sustancia estaría implicada en el bloqueo de algunas células tumorales.

Origen: Huerta de Valencia.
Producción propia.
Certificación ecológica.
Sin tratamiento post-cosecha.

MESES	SEP	OCT	NOV	DIC	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO
TEMPORADA ÓPTIMA												

Remolacha

Los brotes de remolacha destacan por su contenido en minerales como el Fósforo fundamental para un buen rendimiento cognitivo.

Origen: Huerta de Valencia.
Producción propia.
Certificación ecológica.
Sin tratamiento post-cosecha.

MESES	SEP	OCT	NOV	DIC	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO
TEMPORADA ÓPTIMA												

Mezcla de temporada

Mix selección con diferentes texturas y nutricionalmente muy completa.

Origen: Huerta de Valencia.
Producción propia.
Certificación ecológica.
Sin tratamiento post-cosecha.

MESES	SEP	OCT	NOV	DIC	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO
TEMPORADA ÓPTIMA												

Tatsoi

Su sabor es frutal, de aroma dulce, con algún punto que nos recuerda a los cítricos. Tiene una alta cantidad de vitaminas C, A y K, minerales como el Calcio, Fósforo, Hierro y Potasio, así como fitonutrientes que actúan como quimioprotectores.

Origen: Huerta de Valencia.
Producción propia.
Certificación ecológica.
Sin tratamiento post-cosecha.

MESES	SEP	OCT	NOV	DIC	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO
TEMPORADA ÓPTIMA												

Mizuna

También se le conoce como hojas de mostaza, tiene un sabor muy refrescante, más suave que la rúcula y con un ligero recuerdo a la mostaza. Además de aportar sabor, destaca por su contenido en betacarotenos y fibra.

Origen: Huerta de Valencia.
Producción propia.
Certificación ecológica.
Sin tratamiento post-cosecha.

MESES	SEP	OCT	NOV	DIC	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO
TEMPORADA ÓPTIMA												