

# Frutas y verduras de **primavera**

## ¿Por qué consumir frutas y verduras de temporada?



### + Saludable

Porque se encuentran en su momento ideal de consumo. Esto hace que tengan mejor sabor, aroma y color.



### + Económico

Aprovechamos el cultivo de proximidad (evitando costes de transporte) y fomentamos el comercio local y la economía nacional.



### + Sostenible

Al evitar el transporte masivo, reducimos las emisiones de CO2 y el consumo energético.

## Frutas en temporada **de primavera**



Aguacate



Albaricoque



Breva



Cereza



Ciruela



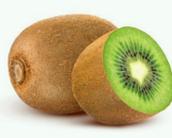
Frambuesa



Fresa



Higo



Kiwi



Limón



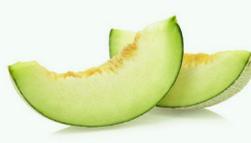
Mandarina



Manzana



Melocotón



Melón



Naranja



Nectarina



Níspero



Paraguaya



Pera



Plátano



Pomelo



Sandía

## Verduras en temporada **de primavera**



Acelga



Ajo



Alcachofa



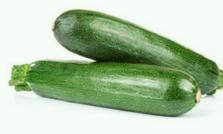
Apio



Berenjena



Brócoli



Calabacín



Calabaza



Cebolla



Coliflor



Escarola



Espárrago



Espinaca



Guisante



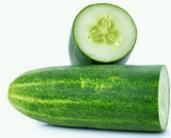
Haba



Lechuga



Nabo



Pepino



Pimiento



Puerro



Rábano



Repollo



Tomate



Zanahoria