

SPOTLIGHT ON PRODUCE

¿QUÉ SOY?

Las bayas de aronia son frutas pequeñas de color morado oscuro que crecen en arbustos. Se parecen a los arándanos, pero tienen un sabor más fuerte y ácido.

LAS BAYAS DE ARONIA



¿CÓMO SE CULTIVAN?

Las bayas de aronia crecen en arbustos que producen flores blancas en la primavera. En el verano, estas flores se convierten en bayas verdes. A finales del verano o principios del otoño, las bayas maduran y se vuelven morado oscuro o negras.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Las bayas de aronia contienen vitaminas, fibra y antioxidantes. Se consideran una de las bayas más saludables.

SABÍAS QUE...

Las bayas de aronia tienen más antioxidantes que muchas bayas populares. A menudo se usan en jugos, batidos, mermeladas e incluso té debido a sus beneficios para la salud.