

Grapefruit

How to Prepare:

Rinse the outer skin. Cut through the stem and cut into slices like you would an orange or cut in half horizontally and scoop out with a spoon.

How to Use :

Enjoy the fruit as a tasty snack, as a juice or add grapefruit to a salad or entrée.



How to Store :

Store at room temperature if you plan to enjoy the fruit soon. To enjoy later, store in the crisper in the refrigerator

Nutrition Facts:

Las toronjas son ricas en vitamina A y C, lo que ayuda a su sistema inmunológico

Pomelo



Como Preparar:

Enjuague la piel externa.
Corta a través del tallo y corta en rodajas como lo harías con una naranja o corta por la mitad horizontalmente y saca con una cuchara.

Como Usar:

Disfrute de la fruta como un sabroso bocadillo, como un jugo o agregue toronja a una ensalada o plato principal.

Como Almacenar:

Almacene a temperatura ambiente si planea disfrutar de la fruta pronto. Para disfrutar más tarde, guárdalo en el crujiente en el refrigerador

Datos de Nutrición:

Las toronjas son ricas en vitamina A y C, lo que ayuda a su sistema inmunológico