

Pears



How to Prepare:

Rinse and enjoy whole or cut into pieces. To prevent browning, coat cut surfaces with lemon juice.

How to Use :

Enjoy alone, add to salads, or bake with vanilla and cinnamon for a sweet dessert!

How to Store :

Cover, refrigerate unwashed ripe fruit for up to three days. Ripen firm fruit at room temperature in a paper bag until it yields to gentle pressure at stem.

Nutrition Facts:

Pears contain fiber, which helps with healthy digestion and keeps us feeling full.

Peras

Como Preparar:

Enjuague y disfrútelo entero o cortado en trozos. Para evitar que se dore, cubra las superficies cortadas con jugo de limón.

Como Usar:

Disfrute solo, añadir a las ensaladas, ¡o hornear con vainilla y canela para un postre dulce



Como Almacenar:

Cubra, refrigere la fruta madura sin lavar hasta por tres días. Madure la fruta firme a temperatura ambiente en una bolsa de papel hasta que ceda a una presión suave en el tallo.

Datos de Nutrición:

Peras contienen fibra, que ayuda a una digestión saludable y nos mantiene llenos.