

RED & YELLOW BELL PEPPER



HARVEST OF THE MONTH
AUGUST



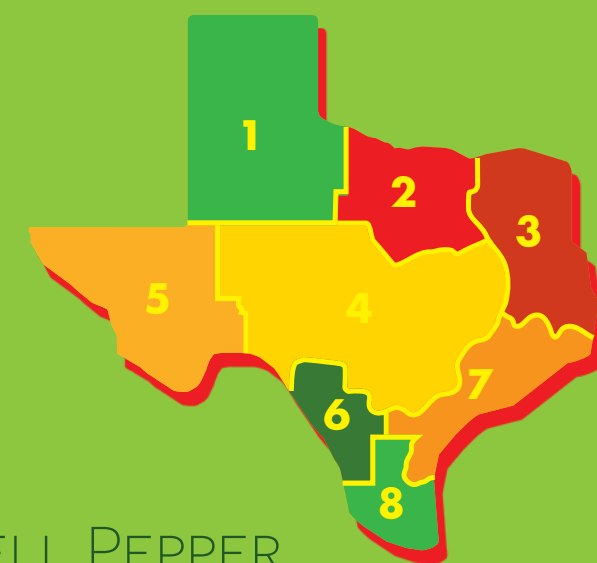
Red and yellow bell peppers grow everywhere in Texas and both are “hot” ingredients in dishes all over the world. Red bell peppers could be called the full-grown bell peppers, because they are picked later than other bell peppers. They often have a sweet taste. Yellow peppers are picked in the middle of their growing time and are in between green and red bell peppers on how ripe they get. Yellow bell peppers lack the sour taste green peppers sometimes have.

DID YOU KNOW?

One medium-sized red bell pepper contains approximately 150 percent of the recommended daily allowance for vitamin C, making it a great food source for this vitamin.

FUN FACT

Bell peppers were given the name “peppers” by Christopher Columbus and Spanish explorers who were looking for “peppercorn” to make black pepper.



BELL PEPPER GROWING REGIONS

- | | |
|--------------------|----------------------|
| 1. The High Plains | 5. Trans Pecos |
| 2. North Texas | 6. Winter Garden |
| 3. East Texas | 7. Coastal Blend |
| 4. Central Texas | 8. Rio Grande Valley |



TEXAS DEPARTMENT OF AGRICULTURE
COMMISSIONER SID MILLER

This product was funded by USDA.
This institution is an equal opportunity provider.

PIMIENTO ROJO Y AMARILLO



LA COSECHA DEL MES
AGOSTO



Los pimientos rojos y amarillos crecen en todos lados en Texas, y ambos son ingredientes muy utilizados en platos de todo el mundo. A los pimientos rojos se los podría llamar pimientos maduros, dado que se los cosecha más tarde que a otros pimientos. Suelen tener un sabor dulce. A los pimientos amarillos se los cosecha en la mitad de su crecimiento, y su maduración se encuentra en medio entre los pimientos verdes y los pimientos rojos. Los pimientos amarillos no tienen ese sabor algo ácido que a veces tienen los pimientos verdes.

¿SABÍA USTED?

Un pimiento rojo mediano contiene aproximadamente el 150% de la cantidad diaria recomendada de vitamina C, lo que lo convierte en una gran fuente de esta vitamina.

DATO CURIOSO

Cristóbal Colón y los exploradores españoles, quienes buscaban granos de pimienta para preparar pimienta negra, llamaron "pimiento" a esta verdura.



REGIONES DONDE SE CULTIVA PIMIENTO

- | | |
|-----------------------|---------------------------|
| 1. Las Altas Llanuras | 5. Trans Pecos |
| 2. Norte de Texas | 6. Winter Garden |
| 3. Este de Texas | 7. Curva Costera de Texas |
| 4. Centro de Texas | 8. Valle del Río Grande |



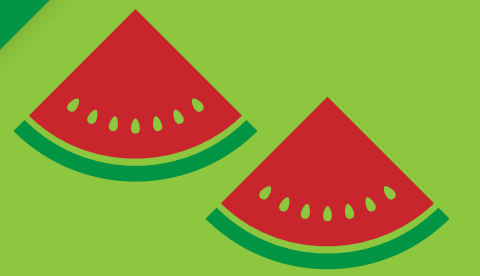
TEXAS DEPARTMENT OF AGRICULTURE
COMMISSIONER SID MILLER

Este producto fue financiado por el USDA.
Esta institución proporciona igualdad de oportunidades.



WATERMELON

HARVEST OF THE MONTH
SEPTEMBER



Watermelon has a smooth hard rind, usually green with dark green stripes or yellow spots. It also has a juicy, sweet inside that is deep red to pink, but may sometimes be orange, yellow, or white. Watermelons may have many seeds or have no seeds at all. Watermelons are mostly water — about 92 percent — and are a very good source of vitamin A and vitamin C. Watermelons also contain a high level of lycopene, which helps to protect against heart disease and cancer.

DID YOU KNOW?

Melons are the cousins of cucumbers and squash, as they are part of the large gourd family.

FUN FACT

Watermelon festivals are common in Texas, including the What-A-Melon Festival in Center, Texas; the Hempstead Watermelon Festival; and the Luling Watermelon Thump.



WATERMELON GROWING REGIONS

- 1. The High Plains
- 2. East Texas
- 3. Winter Garden
- 4. Rio Grande Valley



Food and Nutrition Division
Farm Fresh Initiative



TEXAS DEPARTMENT OF AGRICULTURE
COMMISSIONER SID MILLER

This product was funded by USDA.
This institution is an equal opportunity provider.



Updated 1/12/2022
www.SquareMeals.org



SANDÍA

LA COSECHA DEL MES
SEPTIEMBRE



La **sandía** tiene una cáscara dura y lisa, por lo general de color verde con rayas de color verde oscuro o manchas amarillas. Su interior es dulce y jugoso y suele ser de un color entre rojo y rosado, si bien algunas veces es naranja, amarillo o blanco. Las sandías pueden tener muchas semillas o ninguna. Las sandías están compuestas en su mayor parte por agua (alrededor del 92%) y son una excelente fuente de vitaminas A y C. También contienen un alto nivel de licopeno, que ayuda a proteger contra las enfermedades cardíacas y el cáncer.

¿SABÍA USTED?

La sandía es pariente del pepino y de la calabaza, ya que forman parte de la gran familia de la calabaza.

DATO CURIOSO

Los festivales de la sandía son comunes en Texas, incluido el What-AMelon Festival en el centro de Texas, el Hempstead Watermelon Festival y el Luling Watermelon Thump.



REGIONES DONDE SE CULTIVA SANDÍA

- 1. Las Altas Llanuras
- 2. Este de Texas
- 3. Winter Garden
- 4. Valle del Río Grande



Food and Nutrition Division
Farm Fresh Initiative



TEXAS DEPARTMENT OF AGRICULTURE
COMMISSIONER SID MILLER

Este producto fue financiado por el USDA.
Esta institución proporciona igualdad de oportunidades.



Actualizado 1/12/2022
www.SquareMeals.org

GALA APPLES

HARVEST OF THE MONTH
OCTOBER



Gala apples come in all colors and sizes. They have stripes and are orange in color. Gala apples are sweet and can be cooked, baked in pies, or enjoyed raw as a fresh snack. They are often used to make apple sauce. Gala apples grow on trees in the Texas Hill Country and other parts of Texas. In the spring, their trees are covered in white flowers. Gala apples continue to grow throughout the summer and are ready to be picked in the autumn.

DID YOU KNOW?

Apples are the most popular fruit in the United States. Gala apples rank No. 2 out of the Top 10 apples grown in the country. Red Delicious apples are ranked No. 1.

FUN FACT

Apples float when dropped into water because they consist of 25% air.



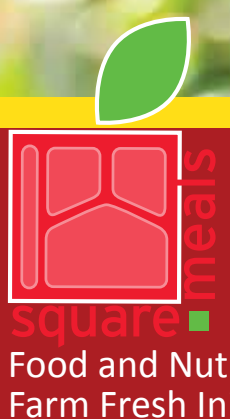
GALA APPLES
GROWING REGIONS

1. The High Plains 2. Central Texas



TEXAS DEPARTMENT OF AGRICULTURE
COMMISSIONER SID MILLER

This product was funded by USDA.
This institution is an equal opportunity provider.



Updated 1/12/2022
www.SquareMeals.org

MANZANAS GALA



LA COSECHA DEL MES
OCTUBRE



Las manzanas Gala vienen de todos los colores y tamaños. Tienen rayas y son de color naranja. Las manzanas Gala son dulces y se pueden cocinar, utilizar en pasteles o bien disfrutar crudas como un refrigerio fresco. Se las suele utilizar para preparar salsa de manzana. Las manzanas Gala crecen en árboles en Texas Hill Country y en otras zonas de Texas. En primavera estos árboles se llenan de flores blancas. Las manzanas Gala continúan creciendo durante el verano y están listas para ser cosechadas en otoño.

¿SABÍA USTED?

Las manzanas son la fruta más popular en los Estados Unidos. Las manzanas Gala ocupan el segundo puesto entre los diez principales tipos de manzanas que se cultivan en el país. Las manzanas Red Delicious se encuentran en primer lugar.

DATO CURIOSO

Las manzanas flotan cuando se las arroja al agua debido a que contienen un 25% de aire.



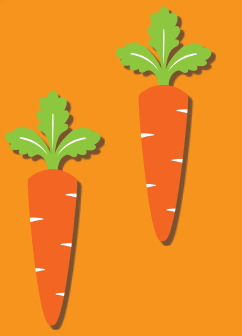
REGIONES
DONDE SE CULTIVAN
MANZANAS GALA

1. Las Altas Llanuras 2. Centro de Texas

CARROTS



HARVEST OF THE MONTH
NOVEMBER



Carrots are a root vegetable like potatoes, turnips and beets. Root vegetables are the edible roots of plants that grow underneath the ground. Above ground, they have ferny, green leaves. Carrots are often used for cooking and they have a lot of vitamin A. You can chop carrots for soups and stews, eat them raw in salads or with a dip, shred them for carrot cake and other desserts, or even blend them for a yummy juice.

DID YOU KNOW?

Carrots were one of the earliest vegetables grown by man. The first carrots were grown about 5,000 years ago in the Middle East.

FUN FACT

Carrots started out white or purple in color. The first orange carrots were grown in the Netherlands because orange was the official color of the royal family.



CARROT GROWING REGIONS

1. The High Plains 2. Winter Garden



ZANAHORIAS



LA COSECHA DEL MES
NOVIEMBRE



Las zanahorias son un tubérculo comestible como las papas, los nabos y las remolachas (betabel). Los tubérculos comestibles son las raíces comestibles de plantas que crecen por debajo de la tierra. Por encima de la tierra tienen hojas verdes con frondas. Las zanahorias se suelen usar para cocinar y tienen mucha vitamina A. Usted puede agregar zanahorias cortadas en trozos en sopas y guisos, comerlas crudas en ensaladas o con una salsa, rallarlas para preparar un pastel de zanahorias y otros postres, e incluso licuarlas y tomar un delicioso jugo.

¿SABÍA USTED?

Las zanahorias fueron uno de los primeros vegetales que cultivó el hombre. Las primeras zanahorias se cultivaron hace aproximadamente 5,000 años en el Oriente Medio.

DATO CURIOSO

Las zanahorias comenzaron siendo de color blanco o púrpura. Las primeras zanahorias de color naranja se cultivaron en los Países Bajos, debido a que el naranja era el color oficial de la familia real.



REGIONES DONDE SE CULTIVAN ZANAHORIAS

1. Las Altas Llanuras 2. Winter Garden



SPINACH

HARVEST OF THE MONTH
DECEMBER



Spinach is one of the most popular members of the leafy "greens" group. In the 1930s, the cartoon character Popeye helped make spinach famous. It won't actually make you super-strong like Popeye, but it does have nutrients for your skin, eyes and a healthy body. Texas is ranked second in the country for growing spinach. It has flat, smooth leaves but some types have dark green, curly leaves. It can taste great raw in a salad or cooked in a sauce.

DID YOU KNOW?

Spinach grows rapidly and becomes full-grown in about six to eight weeks after it is planted. Farmers pick it when it has about 10-12 leaves, by pulling the plant out of the ground.

FUN FACT

The spinach-growing town of Crystal City, Texas built a statue of Popeye in 1937.



SPINACH
GROWING REGIONS

1. The High Plains
2. Winter Garden
3. Rio Grande Valley



TEXAS DEPARTMENT OF AGRICULTURE
COMMISSIONER SID MILLER

This product was funded by USDA.
This institution is an equal opportunity provider.

ESPINACA

LA COSECHA DEL MES
DICIEMBRE



La **espinaca** es uno de los integrantes más populares del grupo de "verduras de hoja verde". En la década de 1930, el personaje de historietas Popeye ayudó a que las espinacas se volvieran famosas. En realidad no lo harán súper fuerte como Popeye, pero tienen nutrientes para su piel, sus ojos y para mantener su cuerpo saludable. Texas ocupa el segundo lugar en cultivo de espinaca en el país. La espinaca tiene hojas lisas y suaves, aunque algunos tipos de espinaca tienen hojas rizadas de color verde oscuro. Es muy sabrosa cruda en ensalada o cocinada en una salsa.

¿SABÍA USTED?

La espinaca crece rápidamente y alcanza su madurez alrededor de seis a ocho semanas después de plantada. Los agricultores recogen la espinaca cuando tiene entre 10 y 12 hojas, y lo hacen al arrancar la planta de la tierra.

DATO CURIOSO

Crystal City, ciudad de Texas donde se cultiva espinaca, construyó una estatua de Popeye en el año 1937.



REGIONES DONDE SE CULTIVA ESPINACA

1. Las Altas Llanuras
2. Winter Garden
3. Valle del Río Grande



TEXAS DEPARTMENT OF AGRICULTURE
COMMISSIONER SID MILLER

Este producto fue financiado por el USDA.
Esta institución proporciona igualdad de oportunidades.

RED GRAPEFRUIT

HARVEST OF THE MONTH
JANUARY



Red grapefruit is the state fruit of Texas. It was discovered growing on a pink grapefruit tree in Texas' Rio Grande Valley. It has a tangy, sweet taste and can be juiced, sliced in half or divided into several sections. Texas citrus fruits grow in places with lots of sunshine and soft ground. Varieties like Rio Star, Flame and Ruby Sweet can be found in supermarkets from October through May.

DID YOU KNOW?

A grapefruit has lots of vitamins A and C, so eating a ruby Texas red grapefruit or drinking its juice helps keep your skin and your eyes healthy, and helps protect your body from getting a cold or the flu.

FUN FACT

Grapefruit got its name from growing in bunches just like grapes.



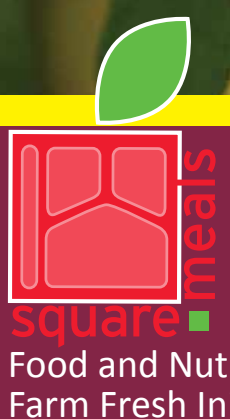
RUBY RED
GRAPEFRUIT
GROWING REGIONS

1. Rio Grande Valley



TEXAS DEPARTMENT OF AGRICULTURE
COMMISSIONER SID MILLER

This product was funded by USDA.
This institution is an equal opportunity provider.



Updated 1/12/2022
www.SquareMeals.org

TORONJA ROSADA

LA COSECHA DEL MES
ENERO



La **toronja rosada** es la fruta del estado de Texas. Se la descubrió en un árbol de toronja rosada en el Valle del Río Grande, en Texas. La toronja rosada tiene un sabor dulce y ácido y se la puede utilizar en jugo, cortar por la mitad o dividirla en gajos. Los cítricos de Texas crecen en zonas con mucho sol y un suelo suave. Entre los meses de octubre y mayo se pueden encontrar variedades de toronja rosada como Rio Star, Flame y Rubi Sweet en los supermercados.

¿SABÍA USTED?

La toronja tiene gran cantidad de vitaminas A y C, de modo que comer una toronja rosada de la variedad Ruby de Texas o beber su jugo ayuda a mantener saludables su piel y sus ojos, además de ayudar a proteger su organismo contra el resfriado y la gripe.

DATO CURIOSO

En inglés a la toronja se la denomina "grapefruit", y se le dio este nombre porque crece en racimos como las uvas (en inglés "grapes").



REGIONES
DONDE SE
CULTIVA TORONJA ROSADA

1. Valle del Río Grande



TEXAS DEPARTMENT OF AGRICULTURE
COMMISSIONER SID MILLER

Este producto fue financiado por el USDA.
Esta institución proporciona igualdad de oportunidades.

RED LEAF LETTUCE



HARVEST OF THE MONTH
FEBRUARY



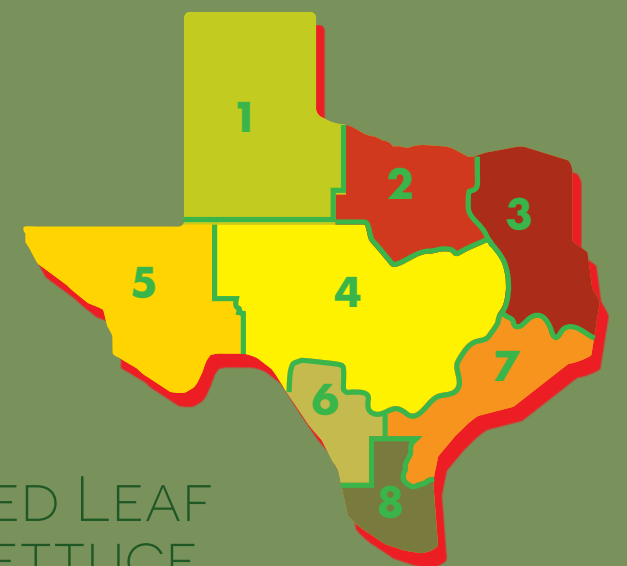
Red leaf lettuce has large, open leaves and is a reddish-purple color. Lettuce is harvested by cutting the short stem underneath the leafy mass called the “head.” Other varieties include romaine, green and butter. Red leaf lettuce is fat-free and offers more nutrients than green lettuce. As one of the world’s most popular salad vegetables, lettuce comes in many shapes, sizes and colors. It is usually served cold and fresh although it can be cooked or steamed for a culinary adventure.

DID YOU KNOW?

Red leaf lettuce comes from a big family, including: new red fire lettuce, red sails lettuce, redina lettuce, galactic lettuce and benito lettuce.

FUN FACT

Did you know lettuce is a member of the sunflower family?



RED LEAF
LETTUCE
GROWING REGIONS

- | | |
|--------------------|----------------------|
| 1. The High Plains | 5. Trans Pecos |
| 2. North Texas | 6. Winter Garden |
| 3. East Texas | 7. Coastal Blend |
| 4. Central Texas | 8. Rio Grande Valley |



TEXAS DEPARTMENT OF AGRICULTURE
COMMISSIONER SID MILLER

This product was funded by USDA.
This institution is an equal opportunity provider.

LECHUGA MORADA



LA COSECHA DEL MES
FEBRERO



La **lechuga morada** tiene hojas grandes y abiertas y su color es entre rojizo y púrpura. La lechuga se cosecha al cortar el tallo corto debajo del cogollo, desde donde las hojas crecen en forma de roseta. Otras variedades de lechuga son la lechuga romana, verde y mantecosa. La lechuga morada no contiene grasas y ofrece más nutrientes que la lechuga verde. La lechuga es una de las verduras para ensalada más populares del mundo, y viene en diferentes formas, tamaños y colores. Por lo general se la sirve fría y fresca, si bien se la puede cocinar o preparar al vapor para experimentar una aventura culinaria.

¿SABÍA USTED?

La lechuga morada proviene de una gran familia, que incluye los siguientes tipos de lechuga: new red fire, red sails, redina, galactic y benito.

DATO CURIOSO

¿Sabía usted que la lechuga es miembro de la familia del girasol?



REGIONES
DONDE SE
CULTIVA
LECHUGA MORADA

- | | |
|-----------------------|---------------------------|
| 1. Las Altas Llanuras | 5. Trans Pecos |
| 2. Norte de Texas | 6. Winter Garden |
| 3. Este de Texas | 7. Curva Costera de Texas |
| 4. Centro de Texas | 8. Valle del Rio Grande |

BUTTON MUSHROOMS



HARVEST OF THE MONTH
MARCH



DID YOU KNOW?

Button mushrooms were first grown in France nearly 300 years ago.

FUN FACT

There are more than 30 species of mushroom that actually glow in the dark. People have been known to use these fungi to light their way through the woods.



BUTTON MUSHROOM GROWING REGIONS

1. East Texas

2. Central Texas

CHAMPIÑONES

LA COSECHA DEL MES
MARZO



¿SABÍA USTED?

Los champiñones se cultivaron por primera vez en Francia hace cerca de 300 años.

DATO CURIOSO

Existen más de 30 especies de champiñones que en verdad brillan en la oscuridad. Hay personas que utilizan estos hongos para alumbrar su camino por el bosque.



REGIONES
DONDE SE
CULTIVAN
CHAMPIÑONES

1. Este de Texas 2. Centro de Texas

Los champiñones crecen de la tierra y no necesitan luz solar. A pesar de estar compuestos mayormente por agua (alrededor del 90%), a los champiñones algunas veces se los considera la "carne" del mundo vegetal. Son un alimento bajo en calorías que se puede comer crudo, cocido o como ingrediente de otra comida. Existen unas pocas variedades de champiñones que son venenosos. Por este motivo, si encuentra un champiñón en el bosque o en su patio, no lo coma.

BROCCOLI

HARVEST OF THE MONTH
APRIL



Broccoli belongs to the Cruciferae family, which also includes cauliflower, cabbage, bok choy and Brussels sprouts. Broccoli prefers cool weather. It is often boiled, roasted or steamed, but can also be eaten raw. A head of broccoli is made up of tiny flower buds. If you don't pick it early enough, the head turns into a bunch of yellow flowers. Broccoli is filled with a lot of healthy vitamins and minerals which provide strength to the body and help fight diseases.

DID YOU KNOW?

Broccoli is an excellent source of vitamins C and K, and it is a good source of vitamin A and potassium.

FUN FACT

Broccoli has been around for more than 2,000 years and has been grown in the United States for more than 200 years!



BROCCOLI
GROWING REGIONS

1. Winter Garden 2. Rio Grande Valley



TEXAS DEPARTMENT OF AGRICULTURE
COMMISSIONER SID MILLER

This product was funded by USDA.
This institution is an equal opportunity provider.

BRÓCOLI

LA COSECHA DEL MES
ABRIL



El brócoli pertenece a la familia de las crucíferas, en la que también se incluyen la coliflor, el repollo, la col china y las coles de Bruselas. El brócoli prefiere el clima fresco. Se lo suele preparar hervido, asado o al vapor, pero también se lo puede comer crudo. La cabeza del brócoli está conformada por pequeñas flores. Si no se la recoge a tiempo, la cabeza se convierte en un conjunto de flores amarillas. El brócoli tiene una gran cantidad de vitaminas y minerales saludables que proporcionan fuerza al organismo y le ayudan a luchar contra las enfermedades.

¿SABÍA USTED?

El brócoli es una excelente fuente de vitaminas C y K, y además es una buena fuente de vitamina A y potasio.

DATO CURIOSO

¡El brócoli existe desde hace más de 2,000 años, y se lo ha cultivado en los Estados Unidos durante más de 200 años!



REGIONES
DONDE SE
CULTIVA BRÓCOLI

1. Winter Garden
2. Valle del Río Grande



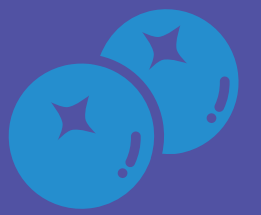
TEXAS DEPARTMENT OF AGRICULTURE
COMMISSIONER SID MILLER

Este producto fue financiado por el USDA.
Esta institución proporciona igualdad de oportunidades.

BLUEBERRIES



HARVEST OF THE MONTH
MAY



Blueberries are plump, juicy and sweet. They grow together on bushes in small clusters or groups. Each one is round and usually no larger than a marble. They are pale greenish at first, then turn reddish purple, and then dark blue when ready to eat. The darker their color, the sweeter they taste. Blueberries go great in everything from muffins to desserts. You may even find them on your breakfast cereal or in pancakes. Blueberries can ripen any time between May and August.

DID YOU KNOW?

A one-cup serving of blueberries has only 80 calories and almost no fat. One serving gives you 25 percent of the Vitamin C needed for the day.

FUN FACT

Every year, almost 20,000 people come to the Annual Texas Blueberry Festival in Nacogdoches, Texas.



BLUEBERRY
GROWING REGIONS

1. East Texas

ARÁNDANOS



LA COSECHA DEL MES
MAYO



Los arándanos son firmes, jugosos y dulces. Crecen juntos en arbustos en grupos pequeños. Cada uno de ellos es redondo y por lo general no más grande que una canica. Al principio son de un color verdoso pálido, luego se vuelven de un color entre rojizo y púrpura y, cuando están listos para comer, adoptan un color azul oscuro. Cuanto más oscuros los arándanos, más dulce su sabor. Los arándanos van muy bien en cualquier preparación, desde muffins hasta postres. También puede encontrarlos en su cereal para el desayuno o en panqueques. Los arándanos pueden madurar en cualquier momento entre los meses de mayo y agosto.

¿SABÍA USTED?

Una porción equivalente a una taza de arándanos sólo tiene 80 calorías y casi no contiene grasas. Una porción le proporciona el 25% de los requerimientos diarios de vitamina C.

DATO CURIOSO

Cada año, casi 20,000 personas vienen al Annual Texas Blueberry Festival (Festival Anual del Arándano de Texas) en Nacogdoches, Texas.



REGIONES
DONDE SE
CULTIVAN ARÁNDANOS

1. Este de Texas

PEACHES

HARVEST OF THE MONTH
JUNE

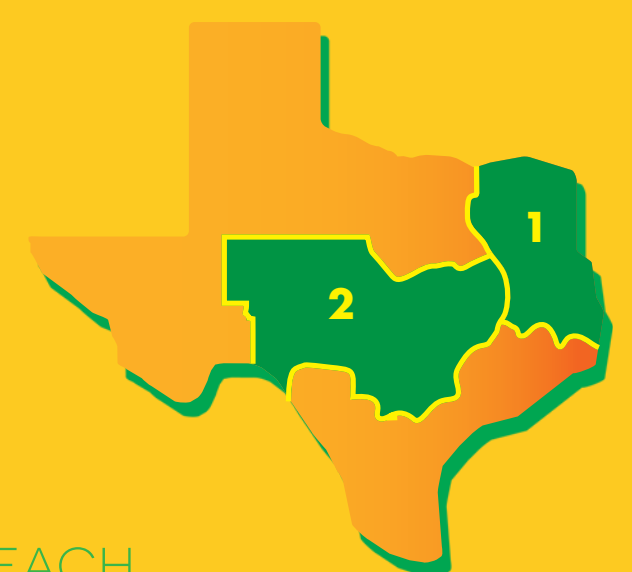


DID YOU KNOW?

The word 'peach' has come to mean 'fine' or 'excellent' and is used in many sayings like "everything's peachy" and "life is peachy keen."

FUN FACT

In China, peaches are symbols of long life and good luck.



PEACH GROWING REGIONS

1. East Texas

2. Central Texas

Peaches are stone fruits, which mean they have large pits or seeds in their centers. Peaches are known for their yellow and red fuzzy skins and they're really soft to the touch. Peaches are mostly grown in the central and eastern regions of Texas. The Hill County peach farms located in central Texas are famous for the quality of their fruit. Peaches grow on trees and taste the best from June through the end of August. Peaches are an extremely juicy fruit and taste great fresh or cooked. Use them with yogurt or in a fruit salad.



TEXAS DEPARTMENT OF AGRICULTURE
COMMISSIONER SID MILLER

This product was funded by USDA.
This institution is an equal opportunity provider.

DURAZNOS

LA COSECHA DEL MES
JUNIO



Los duraznos son frutas con carozo (hueso), lo que significa que tienen un carozo o una semilla grande en el centro. A los duraznos se los conoce por su piel aterciopelada de color amarillo y rojo y por ser muy suaves al tacto. Los duraznos se cultivan mayormente en las regiones del centro y del este de Texas. Las granjas donde se cultivan duraznos en Hill County, en el centro de Texas, son famosas por la calidad de sus frutas. Los duraznos crecen en árboles y su sabor es mejor entre junio y fines de agosto. Los duraznos son una fruta extremadamente jugosa con un sabor delicioso, tanto frescos como cocidos. Puede consumirlos con yogurt o en una ensalada de frutas.

¿SABÍA USTED?

El término en inglés, "peach", se ha convertido en una manera de decir "bueno" o "excelente", y se lo utiliza en muchos dichos, como "everything's peachy" ("todo está fantástico" en español) y "life is peachy keen" ("la vida es genial").

DATO CURIOSO

En China, los duraznos son símbolos de una vida larga y buena suerte.



REGIONES
DONDE SE
CULTIVAN DURAZNOS

1. Este de Texas 2. Centro de Texas



TEXAS DEPARTMENT OF AGRICULTURE
COMMISSIONER SID MILLER

Este producto fue financiado por el USDA.
Esta institución proporciona igualdad de oportunidades.

CHERRY TOMATOES

HARVEST OF THE MONTH
JULY



Cherry tomatoes are small, bite-sized tomatoes. Most are red, but some are yellow, green or black. Some are small as thumb tips while others are the size of golf balls. They grow best in warm weather and love to sun bathe. Cherry tomatoes grow on vines but farmers usually use trellises or fences to support their weight. Believe it or not, the tomato is technically a fruit. Most people think of them as a vegetable since they're commonly used in savory (not sweet) dishes.

DID YOU KNOW?

Tomatoes continue to gain weight after they are picked because they ripen from the inside out and produce more juice. If you place a tomato in the fridge the ripening process will stop.

FUN FACT

Tomatoes are thought to come from Peru, where their Aztec name translated to "plump thing with a navel."



CHERRY TOMATO
GROWING REGIONS

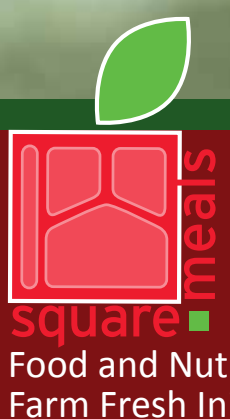
1. East Texas

2. Rio Grande Valley



TEXAS DEPARTMENT OF AGRICULTURE
COMMISSIONER SID MILLER

This product was funded by USDA.
This institution is an equal opportunity provider.



Food and Nutrition Division
Farm Fresh Initiative



Updated 1/12/2022
www.SquareMeals.org

TOMATES CHERRY

LA COSECHA DEL MES
JULIO



¿SABÍA USTED?

Los tomates continúan aumentando de peso después de cosechados ya que maduran desde el interior hacia afuera y producen más jugo. Si usted coloca un tomate en el refrigerador, el proceso de maduración se detendrá.

DATO CURIOSO

Se cree que los tomates provienen de Perú, donde su nombre azteca se tradujo como "producto redondo con ombligo".



REGIONES
DONDE SE CULTIVAN
TOMATES CHERRY

1. Este de Texas

2. Valle del Río Grande

Los tomates cherry son tomates pequeños, del tamaño de un bocado. La mayoría es de color rojo, pero algunos son amarillos, verdes o negros. Algunos son tan pequeños como la punta del dedo pulgar, mientras que otros tienen el tamaño de una pelota de golf. Crecen mejor en el clima cálido y les encanta el sol. Los tomates cherry crecen en enredaderas, pero los agricultores suelen usar enrejados o cercas para soportar su peso. Aunque usted no lo crea, el tomate es técnicamente una fruta. La mayoría de las personas cree que el tomate es un vegetal dado que se lo suele utilizar en platos salados (no dulces).



TEXAS DEPARTMENT OF AGRICULTURE
COMMISSIONER SID MILLER

Este producto fue financiado por el USDA.
Esta institución proporciona igualdad de oportunidades.