

# COSECHA

## {del mes}



## FRIJOLES VERDES

### Datos Rápidos

- ✓ Las plantas de frijoles verdes se originaron en Perú, pero se pueden encontrar en todo el mundo hoy en día. La gente ha cultivado y comido frijoles verdes durante al menos 7.000 años.
- ✓ Hay al menos 130 tipos diferentes de frijoles. La mayoría son verdes, pero algunos son púrpuras, amarillos o incluso manchadas. Haz probado un frijol de distinto color? Si es así, ¿te gustó? Comparte con nosotros en las redes sociales utilizando el hashtag **#MDKidsEatLocal!**
- ✓ Los frijoles verdes dan un lado sabroso y saludable a cualquier comida. Son una buena fuente de vitamina A, vitamina C y folato.

### Disponibilidad

DE JUNIO A SEPTIEMBRE



### Granja Destacada

**WRIGHTS MARKET**  
**CONDADO DE WICOMICO**

Durante más de 60 años, la familia Wright ha proporcionado a la comunidad local (y a los vacacionistas) productos agrícolas superiores. Hoy en día, los Wright han crecido enormemente, transmitiendo su tradición familiar y valores a través de cinco generaciones. Echa un vistazo a la edificación de referencia familiar con el molino de viento y las cabras a lo largo de la Ruta 50 en Mardela Springs. ¡Incluso puedes ver las verduras de la granja en los almuerzos escolares!



DEPARTAMENTO DE AGRICULTURA DE MARYLAND  
This product was funded by USDA. This institution is an equal opportunity provider.



**#MDKidsEatLocal**