

# Cosecha del mes



## Queso



### SABOREAR - CREAR - APRENDER

¡La Oficina de Educación del Condado de Humboldt preparó este paquete para que pueda hacer la "Cosecha del mes" con su familia!

1. **SABOREA** un poco de queso.
2. **CREA** un plato con queso utilizando la receta y los ingredientes proporcionados.
3. **APRENDA** sobre el queso con la siguiente información.

### Hechos gratiosos

- El primer queso probablemente fue elaborado por accidente por agricultores en o cerca del Creciente Fértil hace unos 9.000-10.000 años.
- El sabor y la textura de un queso dependen de muchos factores, incluido el tipo de leche con la que está elaborado (vaca, cabra, oveja, etc.), cuánto tiempo ha estado envejecido el queso e incluso la época del año. Por ejemplo, la leche de una vaca que come pasto de primavera le dará al queso un sabor diferente al de una vaca que come heno en invierno.
- ¡El queso es una buena fuente de proteínas y calcio!

### Conexión comunitaria



Con sede en Crescent City, Rumiano Cheese Company fue fundada en 1919 y se ha convertido en líder en producción de queso orgánico y sostenibilidad. Obtienen leche de vacas orgánicas alimentadas con pasto de lecherías familiares en el norte de California.



HUMBOLDT COUNTY OFFICE OF EDUCATION  
Nutrition Programs & Services



*¿Tienes CalFresh? A veces, el DHHS necesita llamar a los beneficiarios de CalFresh. Asegúrese de que su nombre esté incluido en el saludo del correo de voz para que el DHHS pueda dejar legalmente un mensaje detallado.*