

# Cosecha del mes



## Fresa



### 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** las fresas.
2. **CREA** - No hay receta este mes. ¡Disfruta las fresas!
3. **APRENDA** sobre las fresas con la siguiente información.

### Hechos graciosos

- Las fresas silvestres crecen en las playas y bosques de California.
- Las fresas de jardín se pueden plantar en primavera. Elija variedades perennes o de día neutro para obtener frutos en el primer año. Albion y Seascape son populares entre los agricultores locales.
- Las fresas se deben comer a temperatura ambiente. ¡Son más dulces que las fresas frías!
- ¡Las fresas tienen más vitamina C por porción que una naranja!

### Rincón de chistes

- Estaba una pera en la parada esperando el autobús cuando llega una fresa y le pregunta:
  - Fresa: - Disculpe, ¿hace mucho que espera?
  - Pera: - Uy sí, desde que era pequeña.
- ¿Cómo se esconde un elefante en un campo de fresas?



¡Se pinta de rojo las uñas de los pies!

HUMBOLDT COUNTY OFFICE OF EDUCATION  
Nutrition Programs & Services



*¿Tienes CalFresh? ¡No se pierda ninguna comunicación importante! ¡Abra cualquier correo que reciba del DHHS y mantenga actualizada toda su información de contacto!*