

# Navidad en la finca



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

■ 8 Inmaculación Concepción de María. Feriado inamovible  
25 Navidad

Nos estamos preparando dijo rabanito.  
En pocos días es Navidad!!!

La lechuga contenta exclamó, llegan los  
regalos a la finca!!!

Esperamos ansiosos a Papá Noel dijo el apio  
divertido y esperando sus obsequios: tierra  
nueva y agua fresca, los mejores premios  
para los habitantes de la huerta!!



# estacionalidad

¿cuáles son las hortalizas que hay en diciembre?

lechuga, tomate, chaucha, choclo, zapallito italiano y redondo,  
pimiento, pepino, cebolla, zanahoria, papa, batata, repollo,  
remolacha, acelga

miércoles 1

---

---

---

---

---

---

jueves 2

---

---

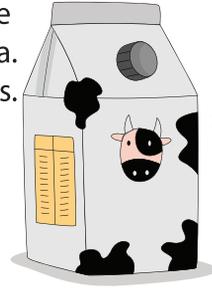
---

---

---

---

Es recomendable incorporar leche a tus licuados de durazno, frutilla y banana. Además de nutritivos, los hace muy ricos.



viernes 3

---

---

---

---

---

sábado 4

---

---

---

---

---

**EL ÉXITO**  
*es la suma*  
de pequeños  
**ESFUERZOS**  
**REPETIDOS**  
día a día.

Empieza

# ¿Sabías qué?

**Durazno:** fruta originaria de China, pertenece a la familia de las *Rosáceas*. Existen dos tipos de producción, la que se destina a industria y a consumo en fresco. Para cada una se utilizan variedades diferentes.



domingo 5

---

---

---

---

---

lunes 6

---

---

---

---

---

# diccionario

martes 7

---

---

---

---

miércoles 8

---

---

---

---

jueves 9

---

---

---

---

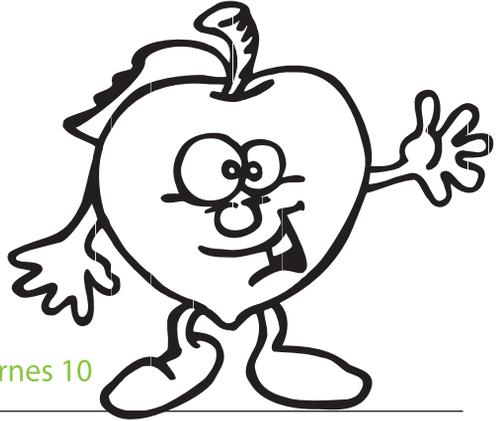
## durazno

La mayor superficie cultivada se ubica en el Sur, seguido de Valle de Uco, Este y Norte.

Se come fresco, en compotas, ensaladas de frutas, tortas, mermeladas o industrializado en forma de conserva.

Al momento de la compra, observá que el aroma sea suave y frutado. Evitá los frutos machucados o excesivamente maduros.

Amarillo por fuera, amarillo  
por dentro y con un  
corazón en el centro.  
el durazno



viernes 10

---

---

---

---

---

sábado 11

---

---

---

---

---

# estacionalidad

¿cuáles son las frutas que hay en diciembre?

ciruela, durazno, cereza, ananá, frutilla,  
damasco, banana, sandía, melón

# Inicio

domingo 12

---

---

---

---

lunes 13

---

---

---

---



dato

**Hinojo:** planta herbácea de la familia de las *Umbelíferas*. Crece en forma silvestre a la orilla de los cauces de riego y se la cultiva en pequeñas parcelas en el Cinturón Verde.

# hinojo

Su bulbo de color blanco verdoso se consume en ensaladas frescas. Combinalo con manzana y hojas verdes o zanahoria. También asado, al vapor, en guisos o en jugos y licuados. En la heladera, se puede guardar varios días.



martes 14

---

---

---

---

---

miércoles 15

---

---

---

---

---

jueves 16

---

---

---

---

# Inicio

viernes 17

---

---

---

---

---

sábado 18

---

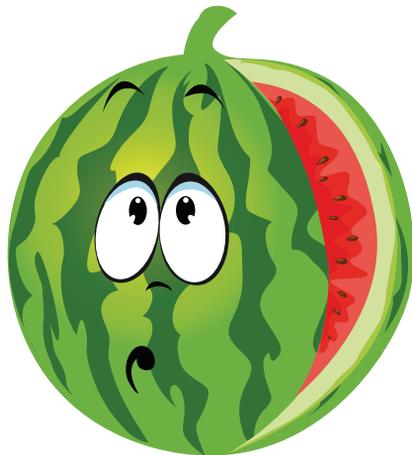
---

---

---

---

La **sandía** se cultiva en Lavalle y San Rafael, zonas que abastecen a los grandes mercados concentradores de Mendoza.



domingo 19

---

---

---

---

---

lunes 20

---

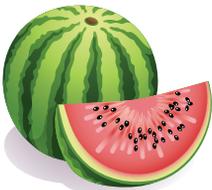
---

---

---

---

# ¿Sabías qué?



Hidratante y diurética.  
Compuesta en su mayoría por agua, es de bajo poder calórico y buen efecto de saciedad.  
Contiene vitaminas A, C, D y E.

## Copa helada



### Ingredientes:

- 1/4 de sandía
- 4 yogures naturales
- 50 g de azúcar

### Preparación:

Sacar las semillas de la sandía y licuar. Mezclar los yogures con el azúcar hasta obtener una crema, añadirla al licuado de sandía. Dejar refrigerar durante una hora y servir.

martes 21

---

---

---

---

---

---

miércoles 22

---

---

---

---

---

---

jueves 23

---

---

---

---

---

---

ayquicijip



viernes 24

---

---

---

---

---

sábado 25

---

---

---

---

---

El **rábano** o rabanito (*Raphanus sativus*) es una planta herbácea, de hojas ásperas y grandes, con flores blancas, amarillas o moradas. La parte comestible es la raíz, de forma redondeada y carnosa, de color blanco por dentro y rojo por fuera. El sabor es ligeramente picante.

domingo 26

---

---

---

---

---

lunes 27

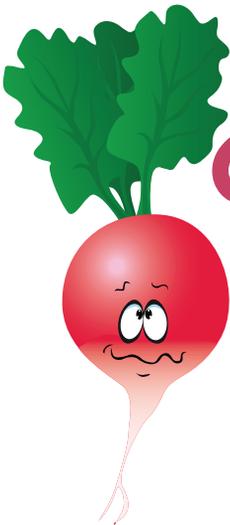
---

---

---

---

---



## ¿sabías qué?

A las variedades de raíces grandes se las conoce como rábanos y a las pequeñas como rabanitos.

Al modo francés, se lo corta por la mitad y se lo unta con manteca y un toque de sal.

Por su aroma intenso, sabor suave y dulce es muy popular en muchas cocinas del mundo y se lo utiliza para darle un "toque especial" a diferentes preparaciones, como pescados y carnes.

# Cilantro

martes 28

---

---

---

---

---

miércoles 29

---

---

---

---

---

jueves 30

---

---

---

---

---

## Apio

Especie vegetal de la familia de las *Apiáceas*. Fuente de vitaminas y minerales, sus tallos tiernos y hojas en trozos pequeños se consumen en ensaladas.

viernes 31



Es además, una buena opción para saborizar sopas y guisos o preparar jugos, combinándolo con manzana, agua y jugo de limón. Contiene muy pocas calorías.