

# EN 2022, SIGUE LA DIETA MEDITERRÁNEA CON FRUTAS Y HORTALIZAS DE TEMPORADA

**Febrero** es el mes para disfrutar  
de estos productos  
hortofrutícolas andaluces:

**FRUTAS** como aguacate fresa,  
frambuesa, arándano, mora, kiwi,  
mandarina, naranja, limón, pomelo,  
o chirimoya



**HORTALIZAS** como acelga, cebolla, ajo,  
brócoli, apio, calabacín, pepino,  
coliflor, escarola, espinaca, judías  
verdes, lechuga, espárrago verde,  
nabo, pimiento, puerro, lombarda,  
repollo, tomate, zanahoria, berenjena  
o calabaza

