

Étnicos para llevar a casa



Hibias

raíces cultivadas desde tiempos antiguos por los indígenas americanos.



Tamarindo

para los amantes de un toque ácido.



Jengibre

con muy poca cantidad puede condimentar sus platos con un aroma oriental. Aliñe su ensalada con un poco de jengibre rallado, soja, aceite, sal y limón.



Plátano Macho

son plátanos verdes y grandes y se consumen cocinados como patatas. Los chips de plátano macho están de moda.



Eddo

raíz imprescindible en la dieta de muchos países de África, Caribe y Polinesia.



Malanga

el más suave de todos los tubérculos. Su sabor recuerda al de los frutos secos.



Yame

muy codiciado en el continente africano.



Hoja de Plátano

con ella se elaboran exquisitos paquetitos conocidos en Latinoamérica como tamales o hayacas.



Coco

sabor a trópico.



Olluco

otro de los tubérculos típicos entre aborígenes de los valles interandinos fríos, desde Venezuela hasta el norte de Argentina.



Boniato

más nutritivo que la patata dado su alto contenido en betacaroteno, hierro y vitaminas C y E.



Chayote

parecido al calabacín, puede cocinarse como éste para obtener un plato más innovador.



Okra

típica en la cocina criolla y africana, puede ser cocinada, salteada o hervida.



Patata Criolla

la textura más fina, el sabor más delicado.



Coco Verde

su nutritivo jugo y su pulpa pueden consumirse como refresco o para cocinar.



Cubios

se consumen solos o en mazamoras, similares a nuestros purés o cocidos.



Chuguas

tubérculo de altura cultivado por los muiscas, indígenas andinos.



Pimiento Africano

tanto rojo como verde siempre muy picante.



Citronella

o Lemongrass. Aromática hierba muy utilizada en guisos tailandeses.



Yuca

absolutamente fundamental. Para muchos ¡el mejor de los tubérculos!



Chile Verde

utilizados por los Incas desde hace más de 7000 años.



Chile Rojo



Caña de Azúcar

disfrute de un dulce y nutritivo jugo.

Pídalos en:

● Barcelona

Mercabarna

Tel: +34 93 261 87 00

● Madrid

Mercamadrid

Tel: +34 91 507 76 88

● Palma de Mallorca

Mercapalma

Tel: +34 971 74 56 84

www.cultivar.net

cultivar@cultivar.net

