



SEMANA 16

GRANTEROS Y PRODUCTOS DESTACADOS



Encuentre muchas de estas explotaciones y más en <https://appalachiangrown.org/>

WARCRY PEPPER COMPANY

Matt and Carlos Bryant
Bryson City, NC

<https://www.warcrypeppers.com/>



En Warcry Pepper Company nos encanta la salsa picante y la creamos para compartirla con los demás. Elaboramos pequeños lotes artesanales de nuestra salsa picante utilizando 25 variedades de "Super-Hot Peppers" de cultivo ecológico, los más picantes del mundo, y tomates locales asados al fuego. Cultivamos todos los pimientos en la ciudad madre sagrada, Kituwah, en Cherokee, Carolina del Norte, para honrar nuestra herencia agrícola y familiar. También cultivamos una variedad de microgreens. Estamos orgullosos de ser propiedad de nativos americanos y operado.

SPROUT CULTURE FARM

Jesah Segal
Asheville, NC

<https://www.sproutculture.farm/>



Sprout Culture es una de las mayores granjas verticales de interior de la región que cultiva microgreens ecológicos. Más que un negocio, somos un movimiento de cambio cultural que trabaja para que nuestra sociedad pase de una "cultura de comida rápida" a una "cultura de comida viva". Llevamos a las mesas de toda la región uno de los alimentos más sanos y cultivados de forma sostenible.

BACKWOODS BAKERY

Whittier, NC

<https://www.backwoodsbakery.com/>



"Elaborados con esmero y cariño". Somos una micropanadería certificada por la NCSA situada en los bosques del oeste de Carolina del Norte. Una verdadera "mamá y papá" tienda, trabajamos juntos para hornear los mejores de la zona tiene para ofrecer. Sin "ladrillo y mortero", nuestras ofertas públicas se pueden encontrar en los mercados de agricultores de la zona y eventos, así como los minoristas y restaurantes locales.

DARNELL FARMS

The Darnell Family
Bryson City, NC

<https://darnellfarms.com/>



Una granja y frutería divertida y familiar al estilo de los Apalaches, especializada en la recogida de fresas, calabazas, camiones de comida, helados, festivales mensuales y un parque infantil gigante, todo ello junto al hermoso río Tuckasegee. Todos son bienvenidos. ¡Venga a hacer de nuestra granja familiar su granja familiar!

LAS FRESAS

¿Realmente necesita una razón para comer fresas?! ...Ok entonces...

Aquí tiene 5 razones:

- Dulces y bajas**
 - Naturalmente dulces, pero bajas en azúcar y calorías
 - Reducen los picos de azúcar en sangre
- Aumentan la **capacidad cerebral**
 - Alto contenido en antioxidantes
 - Cuanto más roja es la fresa, más antioxidantes tiene
- Refuerzan su **sistema inmunológico**
 - 8 tienen más vitamina C que una naranja
- Para la **salud de su corazón**
 - Reduce el colesterol y los triglicéridos en sangre
- Reducen la **inflamación**
 - Alto contenido en antioxidantes antocianinas

En realidad, las fresas **no son bayas** (botánicamente hablando). Son frutas "accesorias agregadas" de la familia de las **Rosáceas** y son primas de las rosas, las manzanas, las peras, las cerezas, las almendras y muchas otras favoritas de los aficionados.

en la caja

MAÍZ DULCE

CALABAZA AMARILLA

CALABACÍN

PEPINOS EN VINAGRE

COL RIZADA

ACELGAS

MICROVERDES

SPROUT CULTURE & WARCRY PEPPER CO.

LECHUGA

RAMPAS

DARNELL FARMS

MELÓN CANTALUPO

FRESAS

DARNELL FARMS

PAN DE MASA MADRE

BACKWOODS BAKERY

FRIJOL CACAHUATE SECO

HUEVOS CAMPEROS

DARNELL FARMS

