



SEMANA 20

GRANJEROS 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 NCDA 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!

ESTRADA FARMS

Ignacio Estrada Sr. & Ignacio Estrada Jr.
Pickens, SC

<https://www.facebook.com/EstradaFarms/>



Estrada Farms se encuentra en el corazón de Pumpkintown, SC a lo largo de las hermosas montañas de Pickens y Greenville, SC. Cultivamos una variedad de productos de temporada, incluyendo fresas, maíz dulce y pimientos picantes.

WATSONIA ORGANICS

The Watson Family
Monetta, SC

<https://watsoniafarms.com/>



La pasión de la familia Watson por la agricultura comenzó hace más de 100 años. En la actualidad, la tercera y la cuarta generación de Watson son propietarios de Watsonia Farms, especializada en productos ecológicos.

DRY RIDGE FARM

Wendy & Graham Brugh
Mars Hill, NC

<https://dryridgefarm.org/>



Somos una granja familiar diversificada a pequeña escala que cría a nuestros animales en pastos con un énfasis en la sostenibilidad, el cuidado del medio ambiente, la transparencia y el bienestar animal. Criamos vacas, gallinas ponedoras y cerdos de razas tradicionales en pastos, sin añadir hormonas ni antibióticos. Mantenemos nuestros pastos productivos mediante técnicas de pastoreo rotativo para todos nuestros animales, y apoyamos a nuestra comunidad contribuyendo con el equivalente al 1% de nuestros beneficios en donaciones para los miembros de la comunidad necesitados.

M&M PLANT FARMS

Randy Massey
Elon, NC

<https://www.papaspuuds.com/profile.php?view=p&sid=63>



M & M Plant Farms es una granja ecológica certificada, que produce una amplia variedad de frutas y verduras de temporada. Randy aprendió sobre agricultura creciendo de su abuelo, que tendía hacia la agricultura sostenible como una necesidad de los tiempos. Randy se pasó a la agricultura ecológica certificada para alejarse del uso de pesticidas sintéticos y ofrecer un producto de mejor calidad, más sostenible y con un precio más justo en el mercado.

TENDWELL FARM

Danielle Hutchison & Steven Beltram
Old Fort, NC

<https://tendwell-farm.com/>



TendWell Farm produce 200 acres de verduras orgánicas certificadas en WNC. Empezamos a cultivar en ¼ acre de tierra en nuestro patio delantero en 2008. Ahora somos la mayor granja orgánica en WNC y nuestras verduras orgánicas también se pueden encontrar en los minoristas de arriba y abajo de la Costa Este. Estamos comprometidos con la rehabilitación del sistema alimentario actual a través de prácticas regenerativas, incluyendo la restauración de la capa superficial del suelo, el aumento de la biodiversidad, la mejora de las cuencas hidrográficas, la mejora de los ecosistemas y la lucha contra el cambio climático.

DARREN BARKER

Bryson City, NC

EL ENELDO

El eneldo es una buena fuente de **vitamina A y C, calcio y hierro**. Se ha demostrado que ayuda a controlar la **diabetes de tipo 2** y tiene flavonoides que pueden mejorar la **salud del corazón**.

Si el eneldo fresco le resulta familiar, es porque pertenece a la misma familia que la zanahoria, el opio y el perejil (familia Apiaceae). Es originario del norte de África, Irán y la Península Arábiga.

Es una gran **planta de compañía para pepinos, brócoli y tomates**, ya que repele muchas plagas dañinas y atrae insectos beneficiosos.

Usar el eneldo

- ~ Prepare salsa tzatziki con yogur griego, pepino, limón y ajo.
- ~ Sazone pepinillos, patatas, zanahorias, pescado y mantequilla
- ~ Añada una pequeña cantidad a la ensalada

en la caja

| | | |
|--|---|--|
| TOMATES ESTRADA FARMS | BOK CHOY DARNELL FARMS | HUEVOS DRY RIDGE FARM |
| COL DARREN BARKER | CALABAZA AMARILLA M & M PLANT FARMS | MELOCOTONES WATSONIA ORGANICS |
| BRÓCOLI DARREN BARKER | COL RIZDA TENDWELL FARM | PAN DE MASA MADRE BACKWOODS BAKERY |
| MICROVERDES WARCRY PEPPER CO. & SPROUT CULTURE | COL ROMANA TENDWELL FARM | QUESO ASHE COUNTY CHEESE CO. |
| CEBOLLAS VERDES DARNELL FARMS | ENELDO DARNELL FARMS | |