

¿Qué hay en TEMPORADA?



Invierno

FRUTAS

- Manzanas
- Peras

VEGETALES

- Remolacha
- Cebollas
- Coles de Bruselas
- Papas
- Repollo
- Rábanos
- Zanahorias
- Nabo Sueco
- Apio
- Coles
- Ajo
- Papas Dulces
- Verdes
- Acelgas
- Col Rizada
- Nabos
- Lechuga
- Calabaza de Invierno

OTRO

- Arboles de Navidad
- Jarabe de Arce
- Hierbas
- Hongos
- Miel



Encuentra un Mercado de Agricultores Cerca de Ti

www.mifma.org



#FarmersMarketsMI



Consejos de Seguridad Alimentaria

Use estos consejos de seguridad alimentaria para mantener sus productos agrícolas y productos agrícolas seguros en caso de una tormenta de invierno:

- **Tomar medidas preventivas antes de perder electricidad.** Congele agua en recipientes pequeños antes de una tormenta para mantener productos frescos, como lechuga o col rizada, fríos durante un apagón.
- **Separe las carnes del producto si se corta la electricidad.** La descongelación de la carne y las aves puede contaminar las frutas o los vegetales, así que asegúrese de separarlos de manera segura en el congelador durante un apagón.
- **Acumula producto que no necesita ser refrigerado para mantener los artículos fríos asegurados.** Mantener el refrigerador cerrado ayuda a mantener bajas las temperaturas durante un apagón, así que asegúrese de tener productos preparados fácilmente y no refrigerados, como papas enteras y calabazas de invierno.
- **Etiquete los artículos congelados con el nombre del alimento y la fecha de empaque.** El seguimiento de la edad de los alimentos congelados garantiza la calidad del producto.
- **Después de la tormenta, revisa cada alimento por separado.** Deseche los alimentos con olores, colores, o texturas inusuales o que se sientan cálidos al tocarlos.

Lista de Compras del Mercado de Agricultores

Frutas	_____

Vegetales	_____

Otros	_____

