

PROPIEDADES Y BENEFICIOS

Es rica en calcio, magnesio y hierro.

Estimula el funcionamiento del hígado y la vesícula.

Actúa como expectorante, bactericida y fungicida.

Contiene vitaminas **A** y **C**, potasio, fósforo, sodio, hidratos de carbono y fibra dietética.

COMPRA Y CONSERVACIÓN

Elige aquellas que estén duras, firmes y apretadas.

Guárdalas en un lugar seco, ventilado y de preferencia a la sombra.

No deben estar húmedas ni tener marcas o manchas en la cáscara.

Para aminorar su olor y sabor fuerte: pícala o rebánala, remójala en agua ligeramente tibia y déjala reposar algunos minutos antes de usarla.



Elaboró: Arturo Rivera. Diseño: Daniel Wilson. Revisó: Ivon Castañeda. Valido: Moisés Macías.



Oficinas Centrales:

Av. José Vasconcelos 208, Col. Condesa,
Alcaldía Cuauhtémoc, C. P. 06140
Ciudad de México.

Horario de atención de:

9 a 19 horas de lunes a viernes
y de 10 a 18 horas los fines
de semana y días festivos.

Twitter: @Profeco

Facebook: Profecooficial

YouTube: ProfecoTv

Instagram: revistadelconsumidormx

Teléfono
del **consumidor**
(55)5568 8722 - 800 4688722



ECONOMÍA
SECRETARÍA DE ECONOMÍA

PROFECO
PROCURADURÍA FEDERAL
DEL CONSUMIDOR

Tecnología
Doméstica PROFECO

Salsa con cebolla morada

LA
TRANSFORMACIÓN
EMPIEZA CON LO QUE **TU MESA**



Salsa con cebolla morada

INGREDIENTES

- 1 cebolla morada cortada en plumas
- Sal de mesa
- Jugo de una naranja agria
- 1 chile habanero sin semillas cortado en plumas

Nota: Si no consigues naranja agria puedes sustituirla por naranja dulce y limón.

Tiempo de preparación



10 MINUTOS

Rendimiento



8 A 12 CUCHARADAS

Aporte nutricional



82 KCAL

Costo Promedio



\$ 10

Caducidad



UNA SEMANA EN REFRIGERACIÓN

PROCEDIMIENTO

- 1 En un recipiente incorpora la cebolla y el chile.
- 2 Agrega sal al gusto y revuelve.
- 3 Añade el jugo de naranja y mezcla perfectamente.

...**Consume**...
CEBOLLA
esta temporada

