

# CHAMPIÑONES

## DE OREGÓN CULTIVADOS PARA ESCUELAS

Acerca de 2,500 variedades de champiñones se cultivan en todo el mundo. Los Americanos comenzaron el cultivo de setas en 1890.

El champiñone más grande del mundo, el champiñone de miel, se encuentra en Oregón, y crece más que todo debajo de la tierra. ¡Se estima que tiene 2,400 años y mide 3.5 millas a lo largo!



90% de los champiñones que se consumen en los EE. UU. Son los champiñones de botón blancos.

### NUTRIENTES QUE SE ENCUESTRAN EN LOS CHAMPIÑONES

- ~ Champiñones son una excelente fuente de riboflavina, una vitamina B que ayuda a liberar energía de los alimentos.
- ~ Champiñones son una fuente de potasio, que ayuda a los musculos funcionen correctamente.

Hoy, la mayoría de champiñones cultivadas por los humanos se cultivan en ambientes esterilizados y controladas.



Los champiñones no tienen clorofila, un pigmento verde en las plantas, lo que significa que no necesitan de sol para crecer.



La gente ha comido champiñones por miles de años. La momia "Iceman" descubierta en los Alpes italianos, y quien se cree que murió hace más de 5.000 años de edad, llevaba consigo champiñones deshidratados.



Algunas de las más antiguas granjas de champiñones a nivel comercial, se instalaron durante los años 1.600 en unas cuevas, en Francia.