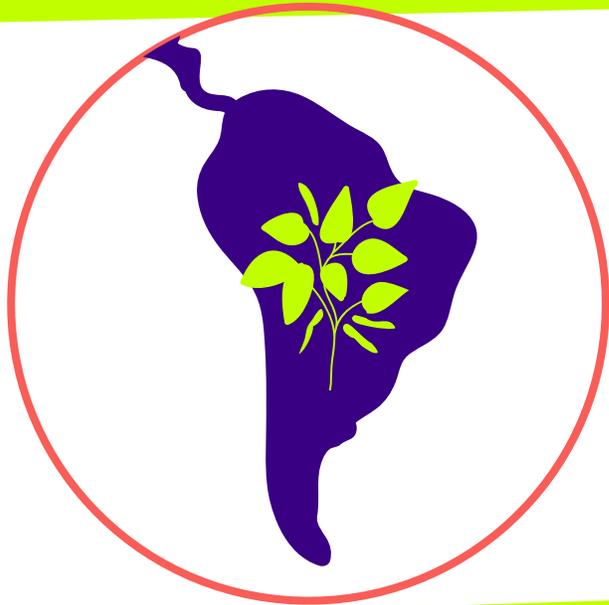


# LOS POROTOS

Son una legumbre originaria de Sudamérica

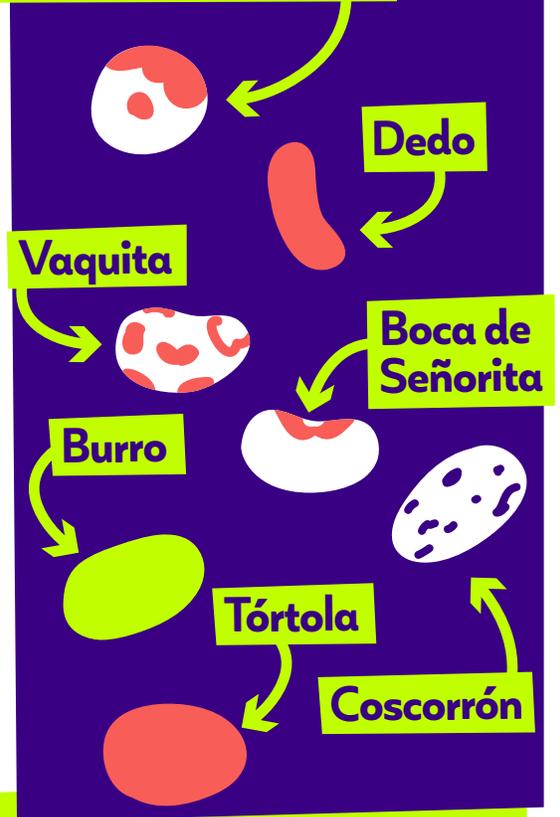


En Chile hay  
**298**  
tipos

Han sido uno de los alimentos base de los pueblos originarios



Como el poroto Liebre



Son ricos en carbohidratos y proteínas.



¡Nos dan mucha energía para jugar, hacer deporte y estudiar!

