

## **Combinados de verduras**

Las verduras son hortalizas en las que la parte comestible son los órganos verdes de la planta. Casi todas ellas, son de bajo contenido en grasas y calorías, representando además fuentes de vitaminas, minerales, fibra e hidratos de carbono. Por regla general se denomina así a cualquier planta comestible (generalmente cultivada). Se consideran combinados de verduras aquellos productos presentados en una cesta, caja, etc. que contengan una gran diversidad de verduras, sin importar su variedad, se pueden hacer combinados de según guste.