



Storage

Wrap in loose paper towel and store in refrigerator for up to five days.

Nutrition

Sage has antioxidant and anti-inflammatory benefits and helps improve brain function. It is rich in vitamin K.



Sage

Preparation

Wash well in cold water and trim stems, then chop to desired size. Sage can be added as a seasoning in soups, stews, breads, grilled veggies and meats, eggs, salads, dressings, and sauces.





Salvia

Preparación

Lava bien en agua fría, quita los tallos y pica al tamaño deseado. La salvia se puede usar para sazonar sopas, guisados, panes, verduras asadas, carnes, huevos, ensaladas, condimentos y salsas.

Como guardar

Envuelve ligeramente en toallas de papel y guarda en la nevera hasta cinco días.

Nutrición

La salvia tiene beneficios antioxidantes y anti-inflamatorios y ayuda la función del cerebro. Es rica en vitamina K.

