

Ipomoea Batatas camote

Es una raíz que contiene grandes cantidades de almidón, fibras y minerales y destaca entre estas el contenido de potasio.

En valor energético supera a la patata y en vitaminas se destaca por la provitamina A (betacaroteno). Sabor muy agradable ligeramente dulce.

Usos de la harina de camote: panes, desayunos y repostería. Es una opción de harinas refinadas para panes.

