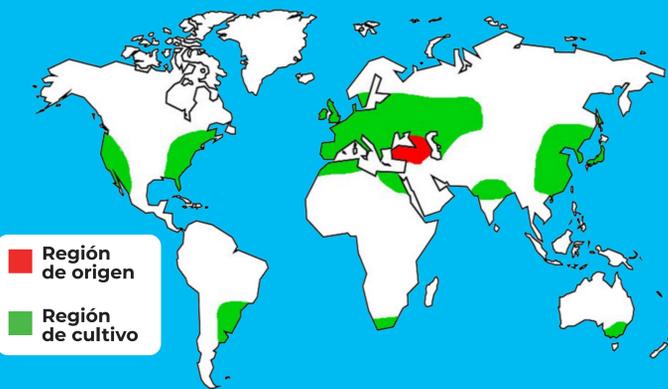


¡VAMOS A CONOCER LA IMPORTANCIA AGROALIMENTARIA DE LA LECHUGA!

Kassandra Hernández-Torres, Hortensia Brito-Vega, Edmundo Gómez-Méndez y José Manuel Salaya-Domínguez.



■ Región de origen
■ Región de cultivo

Es originaria de **Eurasia**. Las primeras culturas extraían el aceite de sus semillas, pero en la actualidad su consumo principal es en estado fresco.

Su nombre científico es ***Lactuca sativa*** y pertenece al grupo de las hortalizas de hoja (como el cilantro, el brócoli y la espinaca).




Es importante para la agronomía por su adaptabilidad a diversos climas y sistemas de cultivo como la **hidroponía**.

Existen más de **20 mil especies** con hojas de diferentes formas y colores. Además, **¡sus tallos también son comestibles!**



Butterhead Romaine Red Leaf
Loose Leaf Crisphead Stem



Tiene un impacto en la nutrición humana al ser rica en **fibra, proteína, vitaminas, minerales y antioxidantes esenciales**.

Su morfología comprende partes muy importantes. Las **raíces** son indispensables para la nutrición, sostén y anclaje.



Inflorescencia Semillas
Hojas Tallo Cuello Raíces



Su **neutro sabor** la convierte en un alimento básico de la alimentación humana y la gastronomía mundial.

Debido a las nuevas dietas como el veganismo, mantiene una alta demanda a nivel mundial. En México, **Guanajuato** es el principal productor de las variedades Crisphead y Romaine.

