



Mocha, 03 de
Septiembre de 2023



JuntosConstruimos
ElMejorCantón
DeLaProvincia



LA DULCE HISTORIA DE AMPARITO Y SU ENSALADA DE FRUTAS

¿Sabes qué tienen en común la sandía, la piña, la papaya, el guineo, el kiwi y el mango? Son las frutas que Amparito Salazar utiliza para preparar su deliciosa ensalada de frutas, un producto que ofrece a los mochanos desde hace tres años con mucho esfuerzo y dedicación.

Amparito es una mujer trabajadora y emprendedora que decidió iniciar este negocio para ganarse la vida y al mismo tiempo brindar una opción saludable y económica a sus coterraneos. Su ensalada de frutas es una explosión de sabores y colores que deleita el paladar y el corazón de los que la prueban.

Todos los días, de lunes a sábado, Amparito recorre las calles principales de Mocha, desde el Centro hasta el barrio El Pinar y La Estación, ofreciendo su ensalada de frutas desde las 09H30 hasta las 12H00. Su producto cuesta un dólar y se puede pedir con crema chantilly o solo con fruta.

Amparito dice que le va muy bien con su negocio, que la gente ya la reconoce y la aprecia. “Es un producto que aparte de ser saludable es al alcance del bolsillo”, afirma. Ella cuenta que cuando hay sol vende más que cuando hace frío, pero que nunca se ha quedado con su producto y que siempre termina su recorrido. En temporada de clases, agradece a los padres de familia por apoyar su emprendimiento y por nutrir saludablemente a sus hijos.

Las frutas son alimentos muy beneficiosos para la salud, ya que hidratan y refrescan el cuerpo, aportan vitaminas y minerales, regulan la función intestinal, ayudan a perder peso, proporcionan energía, previenen problemas cardiovasculares y disminuyen la presión arterial. Estos efectos se deben al alto contenido de agua, fibra, carbohidratos y antioxidantes que tienen las frutas.

Amparito se siente orgullosa de ser mochana y de vender frutas. “Me gusta este trabajo porque es sano y me permite estar en contacto con la gente. Además, las frutas son muy nutritivas y ayudan a prevenir enfermedades”, dice Amparito con una sonrisa.

“Aquí se respira paz y tranquilidad. Yo estoy feliz de hacer lo que me gusta y lo que sé hacer”, concluye Amparito.

Si alguna vez visitas Mocha, no dudes en buscar a Amparito y degustar su deliciosa ensalada de frutas. Te aseguro que no te arrepentirás.