



ESCAROLA

CARACTERÍSTICAS NUTRICIONAIS

A ESCAROLA É UMA EXCELENTE FONTE DE NUTRIÇÃO, UMA VEZ QUE É RICA EM CÁLCIO, FERRO, MAGNÉSIO, MANGANÊS, SELÊNIO, ÁCIDO FÓLICO, ZINCO E VITAMINA C.

BENEFÍCIOS

PROMOVE A SENSAÇÃO DE SACIEDADE;
MELHORA O FUNCIONAMENTO DO INTESTINO;
FORTALECE A IMUNIDADE;
AJUDA A COMBATER A ANEMIA;
MELHORA A SAÚDE DA PELE;
PREVINE DOENÇAS CARDIOVASCULARES.

