

Ajo



¿Sabías que...?

El ajo es rico en vitamina B, un compuesto esencial que reduce los niveles de homocisteína. Esta sustancia es la responsable de endurecer los vasos sanguíneos y de traernos múltiples problemas como trombosis o enfermedades de las arterias coronarias. Contiene alicina, sustancia que cuida de nuestro sistema cardiovascular.

Para aprovechar mejor sus cualidades y disfrutar de su sabor, consume local, ecológico y de temporada.

¡Me he acordado de ti y he querido compartirlo contigo!
