

Cereza



¿Sabías que...?

Están compuestas por vitamina C, tiamina, folatos y provitamina A, aunque en menor cantidad que en otras frutas. Estas tienen propiedades antioxidantes que protegen las células del organismo de la acción nociva de los radicales libres. Aportan importantes cantidades de potasio y, en menor medida, de otros minerales como el fósforo, el calcio, el magnesio o el hierro.

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!
