

# Kiwi

---



## *¿Sabías que...?*

Del valor nutricional del kiwi cabe destacar su contenido en Vitaminas C (más del doble que la naranja), del grupo B, E y minerales como el magnesio, cobre o el potasio. Son ricos en fibra, excelente para mejorar el tránsito intestinal y evitar el estreñimiento. Contiene luteína, un compuesto que nos aporta numerosos beneficios como el cuidado del sistema cardiovascular, previene algunos tipos de cáncer y enfermedades degenerativas. Gracias a la diversidad climática de Aragón se puede encontrar kiwi ecológico en nuestro territorio.

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

---

---

---

---

---

---

---

---