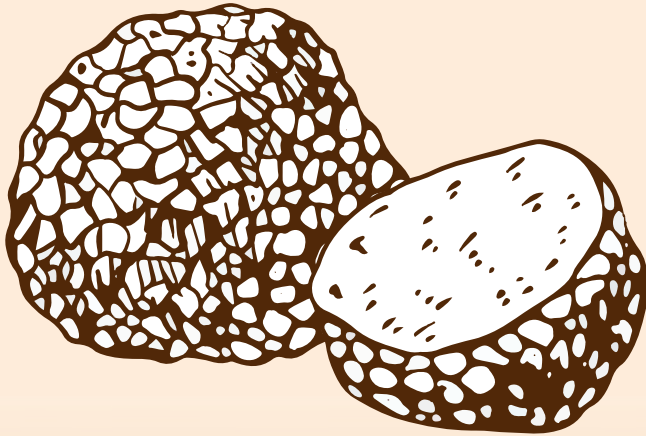


Trufa



¿Sabías que...?

Son fuente de proteínas de alta calidad debido a que poseen nueve aminoácidos esenciales y son fuente de hierro, potasio, calcio y sodio para el organismo. Poseen potentes antioxidantes y por su riqueza en fibra la trufa podría mejorar la flora intestinal. Debido a su riqueza en buenos nutrientes y a su contenido en fitoesteroles, el consumo de trufa podría colaborar en la prevención de dislipemias.

Aragón cuenta con truficultores que producen en base a la normativa de producción ecológica, por lo que también es posible encontrar trufa ecológica en el mercado.

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