

¿POR QUÉ
COMER...?

BROTOS DE REMOLACHA



VIT.
B2

VIT.
B6

VIT.
C

MAGNESIO

HIERRO

CALCIO

Germinados de remolacha, desintoxican el organismo, contienen betanina y vitamina C, son antioxidantes, nos protegen de los radicales libres y evitan el envejecimiento prematuro de las células, aportan hierro y magnesio en cantidades importantes.

BENEFICIOS

- Gracias al nitrato y al potasio es un buen regulador de la tensión arterial.
- Germinados de remolacha ayudan a depurar el hígado y eliminar toxinas por orina.
- Aportan energía por los hidratos de carbono que el organismo digiere fácilmente.
- Aporta minerales como hierro, necesario para transporte del oxígeno a los tejidos.
- El ácido fólico interviene en el sistema inmune, cardiovascular y nervioso.

CURIOSIDADES

Se recomienda consumir con precaución en personas que tengan tendencia a sufrir de cálculos, con problemas de riñón o gota por su contenido de oxalatos.

VALOR
NUTRICIONAL
100 Gr

Calorías
272

H.Carbono
0,7gr

Proteínas
2,4 gr

Grasas
0,8 gr

Fibras
3,8 gr