

¿POR QUÉ
COMER...?

CEBOLLETA DULCE



VIT.

C

VIT.

B1

VIT.

B6

MAGNESIO

POTASIO

HIERRO

Es similar a la cebolleta normal, pero con menos compuestos azufrados (causantes del picor en la cebolla, nuestras lágrimas y la flatulencia) Su sabor es más suave, ni pica, ni hace llorar, es fácil de digerir.

BENEFICIOS

- Es muy efectiva, contra catarros, gripes, resfriados, bronquitis, congestión nasal.
- Limpia las vías respiratorias, calma la tos, ayuda a expectorar.
- Reduce niveles de colesterol y triglicéridos, bajas calorías, ayuda en dietas.
- Es bactericida y fungicida, combate bacterias patógenas y hongos.
- Es diurética, ayuda a la eliminación de líquidos y toxinas del organismo.

CURIOSIDADES

Se puede utilizar de forma tópica para: disminuir la arrugas, eliminar el acné, cuidados del cabello, eliminar la caspa, estimula el folículo piloso.

VALOR
NUTRICIONAL
100 Gr

Calorías

38

H.Carbono

8,6 gr

Proteínas

1,2 gr

Grasas

0,2 gr

Fibras

1,8 gr