

ÉS TEMPS DE...

moniatos i carabasses

El *moniato* i la *carabassa* són rics en betacarotens, que són uns pigments amb alta capacitat antioxidant i que, a més, es convertiran en Vitamina A en el teu organisme.

Aquesta vitamina t'ajuda a mantenir els teus ulls, dents, ossos i altres teixits, com la pell, regenerats i saludables.

Són dos aliments rics en fibra que rostits al forn poden ser una deliciosa guarnició o unes bones postres per als més llaminers i, a més, saludable!



MONIATO COM A BERENAR?

Una opció idònia, fàcil de portar i perfecta per a recarregar energies per a la tarda.

