

BENEFICIOS DE LA CHUFA

-El superalimento valenciano-

Fuente de proteínas vegetales y minerales como el calcio, hierro, potasio, fósforo, magnesio y cinc. Aporta vitaminas C y E.

Alto contenido en fibra, que ayuda a regular el movimiento intestinal y a reducir el colesterol. Elimina toxinas y mejora el control glucémico.

No contiene ni lactosa, ni fructosa, ni gluten, por lo que es apta para celíacos y alérgicos.

Posee carotenoides, luteína y zeaxantina, que contribuyen a la salud ocular.

Destaca su contenido de arginina, que tiene un papel importante en muchos de los procesos metabólicos del organismo y fortalece el sistema inmunitario.

Importante contenido de grasas saludables, que unido al contenido en fosfolípidos, ayudan a fortalecer las membranas celulares.

NUESTRA TIERRA, NUESTRA TRADICIÓN

Más información sobre el cultivo de la chufa ecológica en:

chufasbou.com @chufasbou @chufasbou