



Fructe uscate-cocos 70 gr LONGEVITA

Contine:

Colina este unul din nutrientii care se gasesc in cel mai mare procent. Din compozitia cocosului mai fac parte vitamina E, vitamina K, fierul, fitosteroli, acizi grasi Omega-6, grasimi saturate, mononesaturate si polinesaturate. Acizii grasi saturati: majoritatea sunt trigliceride cu lanturi medii, care sunt usor asimilate de organism.

Recomandari:

Fulgii pastreaza in totalitate gustul natural al nucii de cocos, putand fi consumati ca atare in musli, ciocolata calda, inghetata sau pot fi utilizati pentru decorarea prajiturilor si a torturilor.