



A propósito da maçã:

Sabia que é um fruto de baixo valor calórico, rico em fibras e que proporciona a sensação de saciedade. Tem antioxidantes que previnem o envelhecimento precoce e tem ação anti-inflamatória.

É caso para dizer “uma maçã por dia nem sabe o bem que lhe fazia!

**Dia Mundial da Alimentação, 16 de Outubro de
2014**

Laboratório Experimental de Culinária

11º AV CEI

