APRILE

Verdura e frutta di stagione

VERDURA

Fagiolini

Spinaci

Asparagi

Carote

Broccoli

Puntarelle

Carciofi

Ravanelli

Cipollotti

FRUTTA

Cedro

Fragole

Limoni

Pompelmo

Mele

Pere

Nespole

Arance

Kiwi

CONSIGLIO

Via libera alle fragole

Ad aprile fai il pieno di fragole: 100 g apportano solo 27 kcal e inoltre sono ricche di sostanze benefiche come la vitamina C, potassio, manganese e flavonoidi. Sapevi che le fragole sono alleate dei denti? Contengono xilitolo, utile per prevenire la formazione della placca dentale.

** prestare attenzione per la possibile interferenza con farmaci anticoagulanti e antiaggreganti.*

PRODOTTO REGIONALE

Limone Costa d'Amalfi

Noto anche come Sfusato Amalfitano, il Limone Costa d'Amalfi I.G.P. è un prodotto dalle caratteristiche molto pregiate. Per il suo profumo intenso, la polpa succosa e dolciastra e la scarsa presenza di semi, questo tipo di agrume è ampiamente utilizzato in cucina per condimenti, preparazioni dolciarie e persino per il caffè al limone. Studi recenti dell'Università degli Studi di Napoli Federico II hanno rilevato che lo Sfusato Amalfitano è tra le varietà di limone più ricche in assoluto di acido ascorbico, ovvero di vitamina C.

LloydsFarmacia