

nutrimento
sazonal

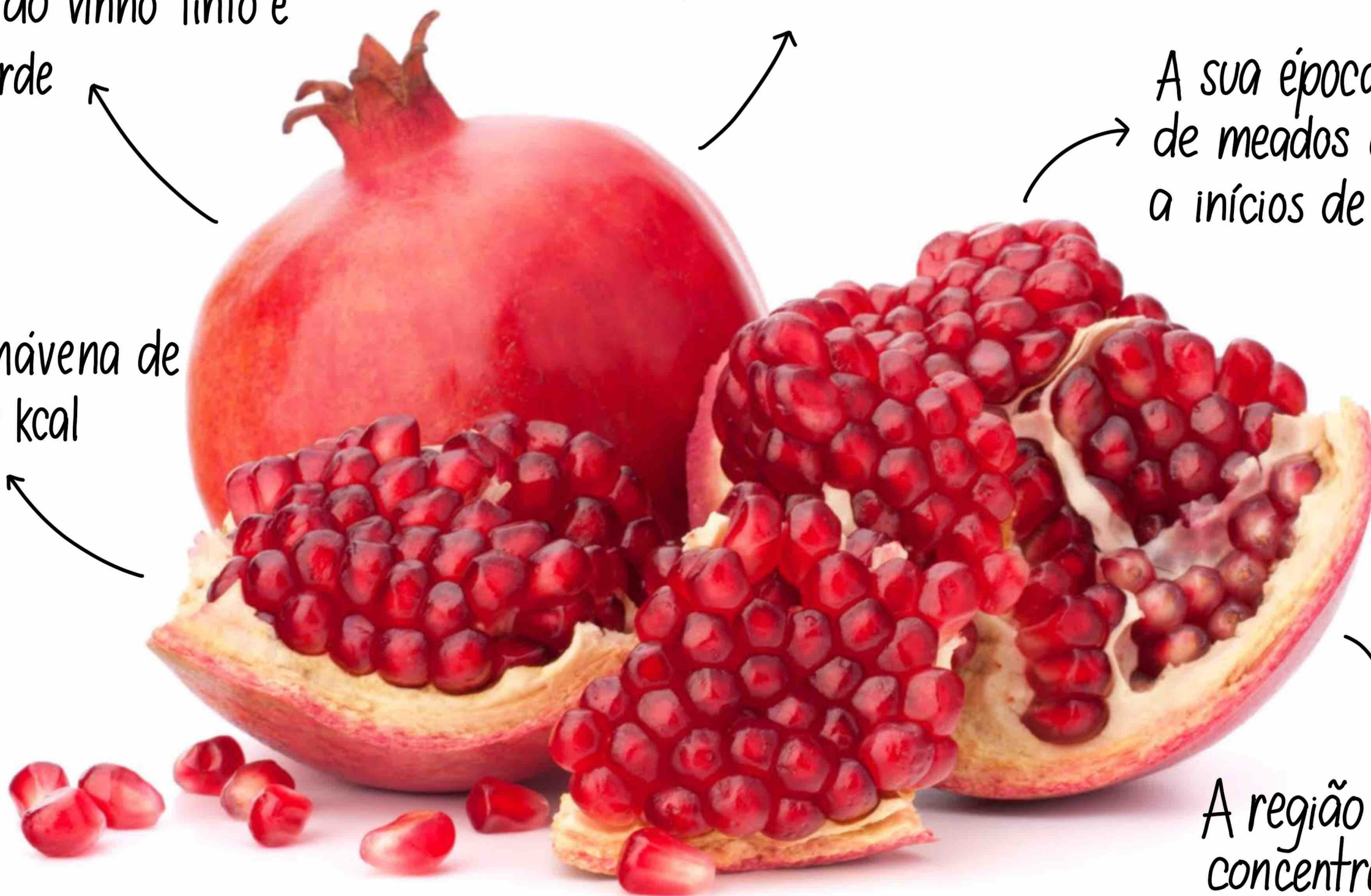
Romã

Apresenta um potencial antioxidante quase 3 vezes superior ao do vinho tinto e ao do chá verde

Na Grécia, existe a tradição de cortar uma romã num casamento como símbolo de fertilidade

A sua época estende-se de meados de setembro a inícios de dezembro

1 porção = 1 chávena de bagos = 80 kcal



A região do Algarve concentra a maioria da produção nacional