



DIFRUTTA ANANAS BIO

L'ananas, frutto esotico per eccellenza, è una pianta originaria dell'America meridionale: tra i maggiori produttori troviamo il Costa Rica. Il clima tropicale di questo Paese, infatti, è ideale per la coltivazione di frutta.

Il frutto si compone di acqua per quasi l'87%, contiene vitamina C, B6 ed E. È particolarmente ricco di potassio e, in misura minore, di magnesio, calcio, fosforo, iodio e sodio.

L'ananas possiede proprietà depurative e disintossicanti che facilitano la digestione: contiene infatti bromelina, una sostanza che permette la scissione delle proteine.

Questo frutto ha un basso apporto calorico (circa 50 calorie per 100 grammi) ed è un ottimo antiossidante naturale.

