Endivia Branca
Informações
Endívia é um vegetal, que é conhecido como escarola. Um vegetal rico em nutrientes e com o sabor levemente amargo. Contém nutrientes como a vitamina C, Vitamina A e beta-caroteno. Contém propriedades anti-oxidantes, os quais são importantes para a manutenção das membranas mucosas e da pele, sendo também essencial para saúde dos olhos e de uma boa visão.