Romã
Informações
Fruta riquíssima em vitamina C, proteínas, vitamina K, ácido fólico, potássio e fibras, além de possuir ação antioxidante e anti-inflamatória. Contribui para equilíbrio da pressão arterial, Alzheimer e é potencialmente importante na prevenção do câncer de próstata.