Banana Ouro

Informações
Ótima fonte de vitaminas A, B e C. Possui três tipos diferentes de açúcares naturais: sacarose, frutose e glicose, fazendo com que seja uma ótima fonte de energia para o organismo. Ajuda a abaixar o nível da pressão sanguínea por ter uma alta quantidade de potássio e uma pequena de sal e também é rica em fibras dietéticas, o que colabora bastante na digestão.