Damasco Fresco

Informações
Fruta rica em Vitamina C e A que além de ser boa para a visão, ajuda no sistema imunológico, sistema reprodutivo e para manter a pele, dentes e ossos saudáveis, e no mineral Potássio. Também é considerada uma fruta rica em fibras solúveis, essa fibra derrete através de sua substância os ácidos graxos, excretando partículas de alimentos digeridos.