

Le pamplemousse

Contre les infections

Grâce aux flavonoïdes présents en énorme quantité, surtout dans la partie blanche de la peau, cet aliment constitue un excellent anti-inflammatoire naturel !

Ceci pourrait intéresser ceux qui souffrent de petits maux divers.

Contre le vieillissement

Que ce soit grâce à la forte teneur en vitamine C, en flavonoïdes ou en limonoïdes (présents dans les pépins), consommer du pamplemousse permet de bloquer les radicaux libres responsables de l'oxydation des cellules, qui est à l'origine du vieillissement de la peau.

Contre le cancer

La caroténoïdes vient se joindre au super trio Vitamine C, flavonoïdes et des limonoïdes pour participer à la prévention de différents cancers du système digestif, mais aussi de la gorge et du pharynx.



AMER &
RAFRAÎCHISSANT

conservation

Il se conserve
une semaine à l'air libre,
un mois au frigo et peut
même se congeler soit
entier, ou en jus !