



CETRÙS

CETRIOLO SPINOSO EXTRA



Alta Qualità Val d'Aso

CETRÚS

Tenero Fresco Croccante



cetrioli calibrati in confezione da 500g

CETRÚS DIETA FACILE

Poche calorie nella confezione da cinque frutti. Comodo da portare con voi durante tutta la giornata. Mangiandolo con la buccia aumenta l'apporto di **enzimi, sali minerali, vitamine e fibre.**

CETRIOLI

I cetrioli non sono semplicemente ortaggi estivi freschissimi e gustosi, ma donano anche stupefacenti benefici alla salute dell'intero organismo umano.

Proprietà dei cetrioli

Acqua

Il cetriolo ha un contenuto molto elevato d'acqua (la percentuale è quasi del 96%). Il consumo di cetrioli idrata e rivitalizza il corpo donando un aspetto radioso alla pelle.

Calorie

Il cetriolo ha un contenuto molto basso di calorie e, come qualsiasi prodotto vegetale, è totalmente privo di colesterolo. Per tale ragione è consigliato nella maggior parte delle diete dimagranti.

Minerali

Il cetriolo è un generoso serbatoio di minerali che si concentrano principalmente nella buccia e secondariamente nei semi. E' "controindicato", quindi, sbucciare il cetriolo, perché insieme alla buccia si perdono le preziosissime sostanze che questo alimento può offrire.

I minerali più importanti contenuti nel cetriolo sono:

- Potassio
- Ferro
- Silicio
- Magnesio
- Fosforo

Vitamine

Il cetriolo è una ricca fonte di vitamine, che si concentrano principalmente nella buccia:

- Vitamina C
- Vitamina A
- Vitamine del gruppo B
- 5 Enzimi

I cetriolini sottaceto

I cetriolini sottaceto perdono le loro vitamine, ma non i minerali. Aiutano la digestione (grazie alla presenza di particolari enzimi che favoriscono l'intero metabolismo) e sono perfetti per accompagnare piatti elaborati o molto pesanti.

Cetrioli e benefici per la salute

Il cetriolo è indicato per tutti, ma le sue doti curative lo rendono perfetto per chi ha bisogno di provvedimenti per alleviare diverse patologie.

1. Diuretico

Il cetriolo è un alimento decisamente diuretico grazie al suo alto contenuto di acqua e sali minerali.

Circa 500-700 g al giorno di cetrioli diventano un

ottimo coadiuvante nelle infezioni del tratto urinario, prevengono i calcoli renali, eliminano la ritenzione di liquidi nel corpo stimolando la funzione renale, hanno un potente ruolo disintossicante.

2. Digestivo

Gli enzimi e le fibre contenute nella buccia del cetriolo favoriscono la corretta digestione e i processi metabolici del fegato. I cibi pesanti, ricchi di proteine e grassi, possono essere associati con insalate di cetrioli affinché vengano scongiurati disturbi durante la fase digestiva.

3. Anti tumorale

È dimostrato che il cetriolo può ridurre gli effetti tossici che coinvolgono l'apparato digerente e annullare l'effetto di alcuni composti cancerogeni come i nitrati e nitriti dei salumi, che promuovono il cancro del colon. I cetrioli combattono anche gli effetti cancerogeni delle sostanze contenute negli oli fritti diventando, così, ottimi alleati contro il cancro. È bene consumarli quotidianamente in estate nelle insalate.

4. Combatte il diabete

La dose di 500-700 g di cetrioli crudi con buccia ha un effetto adiuvante per le persone che soffrono di diabete, poiché i principi contenuti nella buccia del cetriolo stimolano le funzioni del pancreas e regolano la glicemia.

Questa cura allevia o elimina anche altre malattie legate al pancreas come la pancreatite (sia attraverso l'effetto diretto delle sostanze attive contenute nel cetriolo che indirettamente facilitando la digestione).

5. Combatte l'obesità

I cetrioli contengono molta acqua, poche calorie, sono diuretici, depurativi, regolano la glicemia e sono ideali per la perdita di peso. Per eliminare i chili in eccesso è consigliabile mangiare ogni giorno 500 g di cetrioli crudi.

6. Adiuvante in caso di gotta

I cetrioli possono essere utilizzati con successo dalle persone che soffrono di gotta. Il succo di cetrioli, mescolato con succo di carota, nell'arco di qualche settimana, aiuta ad eliminare gli urati attraverso la urine, riducendo l'infiammazione e il dolore alle articolazioni.

7. Tónico cardiaco

I cetrioli sono adiuvanti in caso di malattie cardiache come le aritmie e l'ipertensione grazie al ricco contenuto di minerali come il potassio e il magnesio (sono essenziali per l'attività cardiaca). È possibile notare i benefici dopo qualche settimana di assunzione di circa 500 g di cetrioli ogni giorno.

CETRIOLO SPINOSO EXTRA V500

PESO MINIMO GARANTITO 500g - 6 VASCHETTA - CARTONE 30X40 H11

