OKRA *Abelmoschus esculentus*

IL SUPER ALIMENTO CHE PREVIENE IL DIABETE,

PULISCE COLON E INTESTINO E MIGLIORA LA SALUTE DELLA PELLE

Numero 4 - Il Costruttore

STABILITA', CONCRETEZZA, ORDINE, EFFICIENZA, LAVORO, RADICAMENTO

Scopri di più

Azienda Agricola Biologica Molino del Conte

www.naturamagistra.it

Okra

L'ortaggio della regolazione degli zuccheri nel sangue

Le sue proprietà benefiche sono:

- ✓ **Regolatore** della quantità di **zuccheri** nel sangue/glicemia
- ✓ Favorisce la **perdita di peso** poiché riduce gli zuccheri nella dieta/obesità
- ✓ Ricca di **acido folico**, ottimo per le donne in gravidanza
- ✓ Contiene **ottime fibre** utili per gli intestini pigri
- ✓ Ricca di acqua, può risolvere **stitichezza**, **gonfiori** e **aerofagia**
- ✓ Ottimo **lassativo**
- ✓ Ottimo **lenitivo** per l'intestino dolorante
- ✓ Facilita la propagazione di **batteri probiotici** nell'apparato digerente impedendo **fermentazioni intestinali**