

5 keményítőtartalmú zöldség, ami meglepően jól tesz az egészségnek

2017 június 18. RSS

Szöveg méret

Mentés

-
-
-

- [0](#)

Még nincs értékelve

Mérték

Bár a keményítő sokak fejében negatív jelzőként él, nem minden keményítőtartalmú étel ellenség. Sőt, bizonyos típusai kifejezetten jótékonyak lehetnek a szervezet számára – különösen, ha okosan válogatunk közülük.

A teljes cikk elolvasható itt:

<https://magyarnemzet.hu/repeta/2025/07/kemenyito-zoldsegek-egeszseg-vercukorszint-testsuly>

Tisztelt olvasók!

Legyenek olyan kedvesek és támogassák "lájkukkal" a **Flag Polgári Magazin** Twitter oldalát a következő címen:

<https://twitter.com/syracuse73>. illetve a Facebook oldalát pedig az alábbi címen:
<https://www.facebook.com/flagmagazin>

- Minden "lájkszámít, segíti a magazin működését!

Köszönettel és barátsággal!

www.flagmagazin.hu



Ajánló