

PROPIEDADES Y BENEFICIOS DEL

# ESPÁRRAGO

- Contienen vitamina A, K y potasio.
- Elimina los líquidos retenidos por el organismo.

- Tienen un alto contenido en fibra.
- Bajos en sodio.
- Reducen la inflamación abdominal.

- Mantienen la piel saludable.
- Previenen infecciones urinarias y cálculos renales.