

PROPIEDADES Y BENEFICIOS DEL

OLLUCO

- Tiene un alto contenido en calcio, vitamina C, minerales y complejo B.
- Aporta muy pocas calorías.

- Combate las contracciones musculares.
- Tiene propiedades cicatrizantes y proteger la piel.

- Ayuda a expulsar las toxinas del cuerpo.
- Alivia la indigestión, el estreñimiento y el dolor estomacal.