

Chou frisé (LES 100 GR) - LELL Market

Produit	Chou frisé (LES 100 GR)	
Référence	RAYON - Légumes	: -
Prix	RAYON - Légumes	: 0.12 EUR

Image produit



Résumé	<p>Riche en vitamines et sels minéraux, le chou frisé se prépare de mille et une façons: farci, poêlé, en soupe (rappelez-vous le film ...), et bien sûr en potée. Très peu calorique, Le chou frisé est très riche en vitamines C, B1, B9, E. Il contient du calcium, du fer, du soufre, du sodium et du potassium. Entre autres vertus, Il est diurétique et renferme des anti-oxydants.</p>
Description	<p>A laver au vinaigre blanc avant préparation. Se conserve au frais.</p>