1 Ιουνίου 2012

Τα καρύδια κατά των καρδιοπαθειών

/ Γενικά Θέματα



Δεν υπάρχει καμία αμφιβολία ότι τα καρύδια προστατεύουν την καρδιά σας. Οι τελευταίες έρευνες δείχνουν πως αν τρώτε μία χούφτα καρύδια τέσσερις η πέντε μέρες την εβδομάδα, βοηθάτε στο να μειωθεί ο κίνδυνος καρδιοπάθειας στον οργανισμό σας. (περισσότερα...)