

## Duas tangerinas por dia...

### Language

Undefined



Duas tangerinas por dia...fornecem a quase totalidade de vitamina C necessária.

Para saber mais sobre este delicioso fruto que nos ajuda a combater a gripe veja este [artigo](#) <sup>[1]</sup>do Programa Nacional de Promoção da Alimentação Saudável.

imagem: Gary Tamin <sup>[2]</sup>

---

**Source URL (modified on 23/02/2017 - 14:34):** <http://dietamediterranea.pt/?q=en/node/509>

### Links

[1] <http://nutrimento.pt/noticias/tangerina-um-fruto-exemplar-em-tempo-de-gripe/>

[2] <http://pt.freeimages.com/photographer/garytamin-39836>