LEGUMINOSA A LEGUMINOSA,

Idioma
Undefined



A Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura (FAO) declarou 2016 como o Ano Internacional das Leguminosas. De forma a celebrar este evento a Associação Portuguesa de Nutricionistas produziu um e-book intitulado “Leguminosa a Leguminosa, encha o seu prato de saúde [1]”.

Neste material que tem como objetivo aumentar o conhecimento sobre o papel das leguminosas na nossa saúde e numa produção alimentar sustentável, pode-se encontrar diversas temáticas, desde o que é uma leguminosa, passando pelas diversas variedades que podemos encontrar descrevendo as suas principais caraterísticas e particularidades, e terminando com algumas recomendações como escolher, armazenar, preparar e confecionar as leguminosas.



O e-book pode ser consultado aqui [1].

Fonte: Nutrimento

Source URL (modified on 04/07/2018 - 11:06): http://dietamediterranica.pt/?q=pt/node/415

Links
[1] http://www.apn.org.pt/documentos/ebooks/E-book_leguminosas_2.pdf
[2] http://dietamediterranica.pt/?q=pt/file/475