Published on *Dieta mediterrânica* (http://dietamediterranica.pt)

Alimentos da época

Idioma
Undefined



DIÓSPIRO. O fruto de outono que apresentamos esta semana, no âmbito da coleção “Nutrimento Sazonal”, é o dióspiro (Cartão #5) [1]. Saiba mais sobre este saudável alimento, que pode ser apreciado de várias formas, cru ou cozinhado (por exemplo, assado com um pouco de canela).

Para a semana lançaremos um cartão com um novo alimento. Fique atento!

Fonte: Nutrimento

Video:

Source URL (modified on 30/11/2017 - 10:55): http://dietamediterranica.pt/?q=pt/node/635

Links
[1] http://nutrimento.pt/activeapp/wp-content/uploads/2017/11/Dio%CC%81spiro.pdf