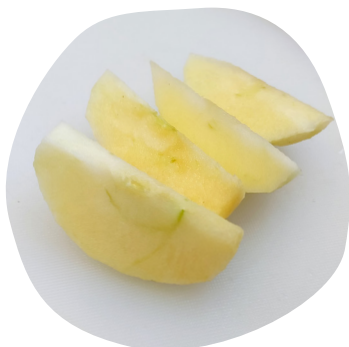


אל תסתכלו בקליפת התפוח

אלא במה שיש בתוכו



תפוחים מצוינים, קטנים, גדולים, מנוקדים, כולם מזינים ומאוד טעימים, עלולים היו להיזרק רק בגלל המראה, **לא חראם!?** הכירו את התפוחים הטריים והמיוחדים שהגיעו אלינו, תוצרת ישראלית, ישירות מרמת הגולן.



מה אפשר לעשות עם התפוחים? כמה טיפים לאכילה מהנה ובריאה

המראה לא קובע - אם נסיר את הקליפה נגלה תפוח יפה, טרי, איכותי ומזין שנקטף מהעץ ממש לפני ימים אחדים

טרי ובריא - מומלץ להסיר רק את החלקים של הכתמים מהקליפה ולא את כולה. הקליפה מכילה את מירב הסיבים התזונתיים וכמות גדולה של ויטמינים ומינרלים התורמים לבריאות

חיזוק טבעי לגוף - תפוח אחד מספק 10%-15% מהכמות היומית המומלצת של ויטמין C

שלו תפוח עץ בתפריט ביומי - אפשר לאכול את התפוח כפרי טרי או אפוי, להכין ממנו שייק, עוגות, ריבות ואפילו להוסיף לתבשילים ולסלטים

אחסון - מומלץ לשמור את התפוחים במקרר



לקט ישראל, ארגון הצלת המזון הלאומי
מציל עודפי מזון איכותי ומעביר אותם למי שזקוק להם

לקט ישראל