

Follow me  
TO BE HEALTHY!



#400GCHALLENGE

FESTEGGIARE CON FRUTTA E VERDURA

Il cioccolato sarà anche parte della tradizione di San Valentino, ma qualsiasi cosa festeggiate questo mese - che sia un compleanno, un anniversario o la giornata internazionale dell'amore - ci sono tantissimi dolci gourmet a base di frutta per farvi sentire in vena di festeggiamenti.

INSALATA DI  
FRUTTA TROPICALE

ILLUMINA LE TUE FREDDI GIORNATE  
INVERNALI CON UN MIX DI KIWI,  
BANANE E ANANAS ARRICCHITO DA  
UN TOCCO DI LIME E CANNELLA!

Manganese  
+ Potassio

Vit C  
+ Manganese

Vit C  
+ Rame

Vit C

ARANCIA CON  
PISTACCHI TOSTATI<sup>1</sup>

PERFETTO CON LO  
YOGURT GRECO O  
LA CRÈME FRAICHE!

ENJOY  
IT'S FROM  
EUROPE

THE EUROPEAN UNION SUPPORTS  
CAMPAIGNS THAT PROMOTE  
A HEALTHY LIFESTYLE.

Il contenuto di questa campagna promozionale rappresenta soltanto le opinioni dell'autore ed è di sua esclusiva responsabilità. La Commissione europea e l'Agenzia esecutiva per i consumatori, la salute, l'agricoltura e la sicurezza alimentare (Chafea) non accettano alcuna responsabilità riguardo al possibile uso delle informazioni che include.

<sup>1</sup><https://www.bbcgoodfood.com/recipes/nutty-orange-platter>

