

Follow me  
TO BE HEALTHY!



#400GCHALLENGE

## DOKOŁA ŚWIATA Z OWOCAMI I WARZYWAMI: GRECJA

Mimo, że podróżowanie wciąż nie jest możliwe, Wasze kubki smakowe mogą wyruszyć na przygodę w zaciszu Waszej kuchni! Spróbowanie nowych owoców i warzyw to świetny sposób, aby zmienić codzienne nawyki.

W drugim odcinku naszej trzyczęściowej serii poświęconej klasycznym owocom i warzywom kuchni danego kraju udajemy się do Grecji!

**SAŁATKA GRECKA**

SAŁATKA GRECKA – ZNANA RÓWNIEŻ JAKO SAŁATKA HORIIATIKI, TO ŁATWY SPOSÓB NA SPROSTANIE WYZWANIU #400GCHALLENGE ZAWIERA FETĘ, POMIDORY, OGÓREK, CZERWONĄ CEBULĘ I CZARNE OLIWKI

**YAMMAS**

**JOGURT GRECKI I OWOCE**

OWOCE, JOGURT GRECKI, ORZECHY I MIÓD – CAŁA GRECJA W JEDNYM KĘSIE! ZAWIERA BRZOSKWINIE I MELONA.

Zródło witaminy C<sup>1</sup> i beta-karotenu

Wysoka zawartość beta-karotenu i Zródło potasu i witaminy B9<sup>2</sup>



KAMPANIA FINANSOWANA  
Z POMOCĄ UNII EUROPEJSKIEJ

THE EUROPEAN UNION SUPPORTS  
CAMPAIGNS THAT PROMOTE  
A HEALTHY LIFESTYLE.



<sup>1</sup>[https://www.aprifel.com/fr/fiche-nutritionnelle/tomate-grappe/?tab=allegations\\_nutritionnelles](https://www.aprifel.com/fr/fiche-nutritionnelle/tomate-grappe/?tab=allegations_nutritionnelles)  
<sup>2</sup>[https://www.aprifel.com/fr/fiche-nutritionnelle/melon/?tab=allegations\\_nutritionnelles](https://www.aprifel.com/fr/fiche-nutritionnelle/melon/?tab=allegations_nutritionnelles)

Treść niniejszej kampanii promocyjnej wyraża poglądy wyłącznie jej autora, za którą ponosi on bezwzględną odpowiedzialność. Komisja Europejska ani Europejska Agencja Wykonawcza ds. Badań Naukowych (REA) nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za potencjalne wykorzystanie zawartych w niej informacji.