



FRUTAS

 caixa

 pacote

Banana

- Reduz a pressão arterial
- Melhora o trânsito intestinal
- Protege contra a osteoporose


Essa fruta rica em potássio, açúcar e sais minerais (como cálcio, fósforo e ferro), também ajuda na concentração. A proteína contida na banana, convertida pelo corpo em serotonina, ajuda a relaxar e causa sensação de bem-estar.

Nas gôndolas: as bananas de casca bem amarela com pequenas manchas marrons, de aspecto firme e sem partes moles ou machucadas devem ser as escolhidas. Você pode também levar as verdes, caso o consumo delas não seja pra já. É só aguardar amadurecer. Dessa forma, procure as macias e de pontas verdes.


Na fruteira ou na geladeira? Nunca na geladeira e sempre em lugar fresco e seco (fruteira). Na geladeira ela perde o sabor e se deteriora com mais facilidade.

BANANA CATURRA 12KG  12kg

BANANA CATURRA 12KG FRACA  12kg

BANANA CATURRA 20KG  20kg


BANANA CATURRA 20KG FRACA  20kg

BANANA CATURRA 10KG  10kg

BANANA PRATA I 12KG  12kg

BANANA PRATA II 12KG  12kg

BANANA PRATA II 10KG  10kg

BANANA PRATA II 20KG  20kg

BANANA PRATA II 15KG  15kg

BANANA MAÇÃ  10kg

BANANA ORGÂNICA PACOTE 800G  12un

BANANA ORGÂNICA PACOTE 800G  un



FRUTAS

 caixa

 pacote

Mamão

- Combate os radicais livres
- Melhora o trânsito intestinal
- Fortalece o sistema imunológico

O mamão é fonte de betacaroteno, que auxilia na prevenção de alguns tipos de câncer. Outra substância do mamão, a papaína, traz alívio em caso de indigestão. Uma curiosidade é que pode ser usado como amaciante de carnes, por causa da papaína, enzima natural que ajuda na digestão das proteínas, sendo bastante indicado para ser consumido em jejum.

Nas gôndolas: evite comprar se ele estiver manchado. Prefira os com tons amarelo-alaranjado, que indicam que eles estão no ponto.

Na fruteira ou na geladeira? Quando verde, ele deve ser guardado na fruteira, embrulhado em um jornal. Quando maduro, coloque na geladeira por no máximo 3 dias.

MAMÃO PAPAYA GRAÚDO

 10kg

MAMÃO FORMOSA MIÚDO

 10kg

MAMÃO FORMOSA GRAÚDO

 10kg

MAMÃO FORMOSA TIPO 6

 10kg

Abacaxi

- Previne gripes e resfriados
- Protege contra a osteoporose
- Combate inflamações

O abacaxi é uma fruta tropical que se originou no sul do Brasil e no Paraguai. Disponível o ano todo, é uma fruta refrescante e excelente para a saúde: bom para o cérebro, evitando a perda de memória, é diurético e uma boa fonte de manganês, que ajuda na produção de energia.

Nas gôndolas: escolha os de aroma doce, sentindo as folhas da coroa que se soltam com facilidade quando estão no ponto. Uma coroa de folhas, compacta e pequena, em relação ao tamanho do fruto, indica que o abacaxi está bem desenvolvido.

Na fruteira ou na geladeira? Quando maduros, geladeira. Se ainda não estiver no ponto, o ideal é na fruteira (local fresco e arejado) por cinco a sete dias.

ABACAXI PÉROLA

 unidade

ABACAXI PÉROLA CAIXA

 8 unidades

ABACAXI PÉROLA CAIXA

 10 unidades