



## *Fagioli Bianchi*

I fagioli bianchi sono legumi di sapore delicato e dalle proprietà benefiche per la salute. I fagioli bianchi sono alimenti nutrienti ottimi per le diete vegetariane, vegane, bambini in crescita e atleti anche se ovviamente il delicato sapore li rende preziosi per tutti i palati. Sono ricchi di vitamine del gruppo B. Come sali minerali sono presenti fosforo, potassio e soprattutto ferro e calcio. Regolano inoltre i livelli di zuccheri e di colesterolo presenti nel sangue. Quindi indicati in caso di diabete.

These white beans are legumes that have a delicate flavour and have beneficial properties that are good for your health! White beans are a nutritious food that is good for both vegetarian and vegan diets as well as for growing children and athletes even though their delicate flavour is good for all types of palates. They are rich in vitamin B and minerals like phosphorus, potassium, iron and calcium. These beans are also good for regulating sugar and cholesterol levels and are recommended for diabetics.

