

Quelques faits étonnants sur vos aliments

Le gingembre peut soulager les courbatures dues au sport jusqu'à 25%.

La gélatine que l'on retrouve notamment dans les bonbons... est faite à partir de la peau et des os d'animaux. Hé oui.

En 1985, le Coca-Cola est devenu la première boisson gazeuse à être emmenée dans l'espace.

L'huile d'olive est excellente pour réduire la pression artérielle. Elle contient également des antioxydants, de la vitamine E, des caroténoïdes et de l'oleuropéine.

La plupart des aliments transformés contiennent des ingrédients dérivés du maïs.

Les fruits secs sont très riches en vitamines et minéraux.

Le chocolat fut jadis utilisé comme monnaie d'échange.

L'origan contient encore plus d'antioxydants et les myrtilles.

Les bananes aident à lutter contre la dépression.

Les cerises soulagent les inflammations, et préviennent l'arthrite.

Le pain servait aussi de gomme dans l'Antiquité.

Le popcorn cuit au micro-onde libère des gaz toxiques et mauvais pour les poumons.

Les œufs biologiques contiennent seulement un tiers du cholestérol et un quatrième des graisses saturés contenus dans des œufs standards.