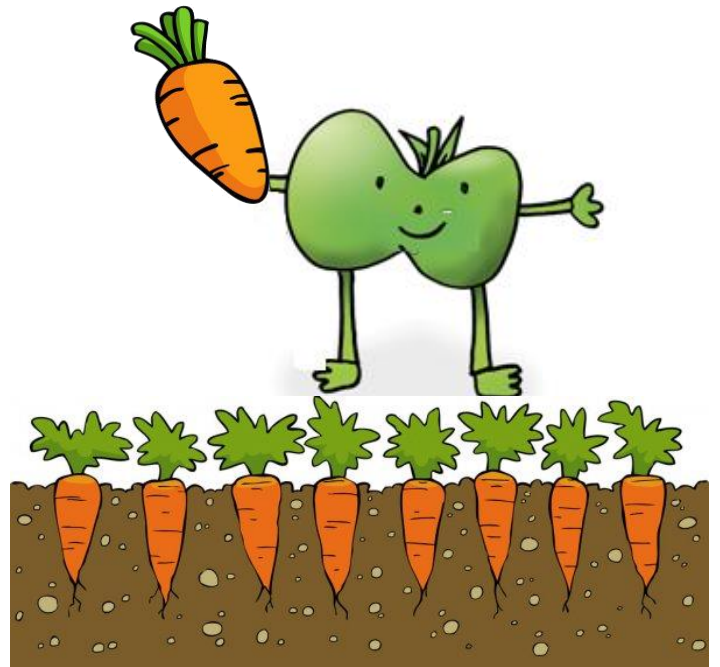


# JORNADA GASTRONÒMICA DE LES ARRELS COMESTIBLES



La nostra arrel protagonista:

## La pastanaga

És una de les arrels comestibles consumida en tots els llocs de la terra. És una font de vitamines i destaca per la seva forma allargada de color taronja.

La pastanaga que ens mengem, no és més que l'arrel de la planta de la pastanaga!

La pastanaga té molts beneficis: redueix les possibilitats de patir restrenyiment ocasional, redueix els dolors estomacals, és beneficiosa per a la pell, disminueix el colesterol i és bona per a la vista, entre altres.

A més, la pastanaga es pot consumir de moltes formes: crua, en suc, amanida, cuita, al vapor....



Endevinem el nom de més arrels comestibles?

Mireu com les arrels, agafant els nutrients de la terra, es fan grans!!

