

الخيار يخلص الجسم من السموم



الجمعة 4 أغسطس 2017 04:08 م

قالت مؤسسة الرعاية الصحية الأولية في قطر: إن الخيار يساعد على تخليص الجسم من السموم، خاصة مرضى السكري؛ وذلك في منشور على صفحتها في فيسبوك ضمن سلسلة "خضار اليوم".

وأضافت المؤسسة أنه لذلك ينصح مرضى السكري بتناول الخيار

والخيار قليل السعرات الحرارية، وهو يساعد على الشعور بالشبع، ويشكل وجبة خفيفة مثالية، مع ضرورة غسله جيدا قبل أكله