

La Piña es ideal para perder peso

Escrito por Carlos Barbon

Domingo, 16 de Junio de 2013 07:40 - Última actualización Domingo, 16 de Junio de 2013 07:42



La Piña es ideal

para perder peso

La piña contiene una enzima llamada bromelaína, la cual mejora la separación de la proteína en sus elementos, los aminoácidos, mientras que aumenta el metabolismo. Y, además de estar ricos, 100 g de piña sólo contienen 56 kcal.