



## DIGESTIVO E DRENANTE

Alleato della salute e della bellezza, l'ananas andrebbe inserito nella dieta abituale. Come la banana, che favorisce buonumore e sonno. In Italia ne consumiamo, rispettivamente, 140mila e 550mila tonnellate all'anno ([www.fratelliorsero.it](http://www.fratelliorsero.it)).