

# 10 RAZONES PARA COMER FRIJOLES

¿Sabías que hay vegetales con que contienen más hierro que la carne?

-El TOP TEN de los frijoles

-¿Qué tan nutritivos son los frijoles?

-¿Es bueno consumir frijoles?

-¿Qué me aportan los frijoles?

-¿Qué vitaminas contienen los frijoles?

SI QUIERES SABER TODO ESTO Y MUCHA INFORMACIÓN MÁS SOBRE, LOS FRIJOLES, TE INVITAMOS A VER EL SIGUIENTE VIDEO

VER VIDEO