PF 2021

Šťavnatý a zdravý rok ovoce a zeleniny.

iQ LANDIA

Jsem Jihoameričanka a kvetu v noci.

4

3

Jsem kaktus.

Mám afrodiziakální účinky.

10

9

Posiluju nervový systém.

Jsem bohatým zdrojem minerálních látek, draslíku, mědi, magnezia a fosforu.

2

Pěstoval jsem se již 4000 let př. n. l.

8

7

Snižuju hladinu krevního cukru.

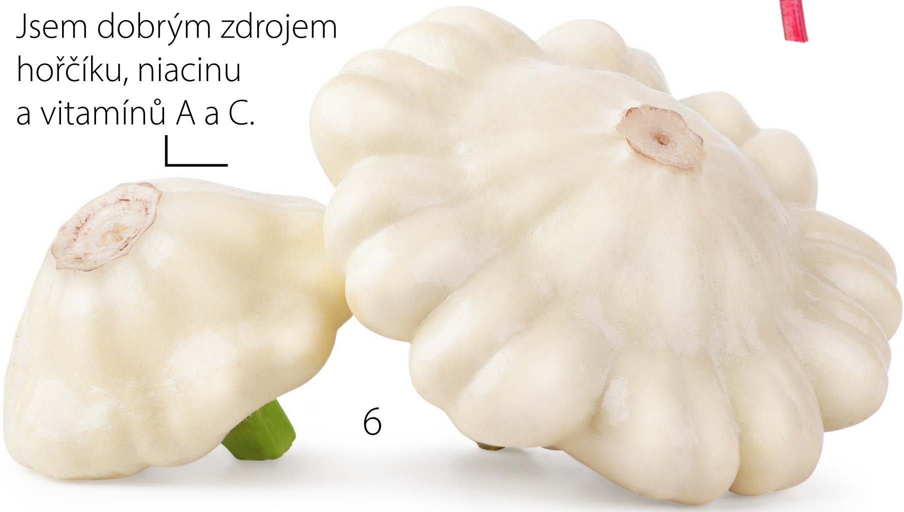
1

Snižuji hladinu kyseliny močové v krvi a jsem tak prevencí dny.

5

Moje šťáva je vhodná pro sportovce.

Jsem dobrým zdrojem hořčíku, niacinu a vitamínů A a C.



6

1. Pitahaya 2. Avokádo 3. Opuncie 4. Mochyně Peruánská 5. Granátové jablko 6. Patizon 7. Artyčok 8. Maniok 9. Mangold 10. Chřest (Asparagus)