



IMPORTÂNCIA DAS ERVAS AROMÁTICAS

Enriquecem o sabor dos alimentos.

Possuem propriedades benéficas para o organismo.

Podem ser utilizadas em batidos, temperos ou juntamente com o prato principal.

Devem ser utilizadas em substituição do sal.

A utilização de ervas aromáticas fazem parte da Dieta Mediterrânica