

Les Bienfaits DES TOMATES SÉCHÉES




ANTIOXYDANT



Une saveur
inégalée



Tomates séchées de Tunisie

 Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Département fédéral de l'économie,
de la formation et de la recherche DEFR
Secretariat d'Etat à l'économie SECO



ORGANISATION DES NATIONS UNIES
POUR LE DÉVELOPPEMENT INDUSTRIEL

 Ministère de l'Industrie
des Mines et de l'Énergie
DGIA

 CICA
Groupement des Industries
de Conserves Alimentaires



• Riches en fibres



Permet une bonne régulation du transit intestinal, une meilleure sensation de satiété et aide à limiter l'absorption intestinale du cholestérol.

• Riches en protéines végétales

Essentielles au renouvellement cellulaire, à la croissance et au développement de la masse musculaire.

• Source de vitamines

La vitamine C, A et les vitamines du groupe B, notamment la vitamine B9, qui améliore l'absorption du fer dans le sang.

• Riches en potassium

Permet la régulation du rythme cardiaque et élimine la rétention d'eau.

• Riches en minéraux

Aliment diurétique.

• Riches en calcium et en fer

• Antioxydant très puissant

• Source : Mariem Toukebri - Nutrisonniste

The Benefits of SUNDRIED TOMATOES



 Tomates séchées de Tunisie



• Rich in fiber

They give a good regulation of intestinal transit, a better feeling of satiety, and helps limit the intestinal absorption of cholesterol.

• Very rich in vegetable proteins

Essential for cell renewal, growth, and the development of muscle mass.

• Good source of vitamins

Such as vitamin C, A, and B vitamins, including vitamin B9, which improves the absorption of iron in the blood.

• Rich in potassium

Allow the regulation of heart rate, and the elimination of water retention.

• High mineral content

Make sundried tomatoes a diuretic.

• Rich in calcium and iron

• Very powerful antioxidant

• Source : Mariem Toukebri - Nutritionniste