

Avena Hojuela



[1]

Conocido científicamente como Avena Sativa.

Tiene un uso medicinal como cereal, evita el estreñimiento al agregar fibra a la dieta, impide el desarrollo de la arteriosclerosis, inflamaciones intestinales y bronquiales, depresiones, nerviosismo, stress, deshabitación de tabaco y drogas, astenia.

[>](#) [3]SEMILLAS

GRANOS

Links:

[1] https://www.laonce.com.mx/sites/default/files/6_Avena_resize_0.jpg

[2] <http://www.laonceproductossecos.com/productos/arroz-long-grain>

[3] <http://www.laonceproductossecos.com/productos/girasol>