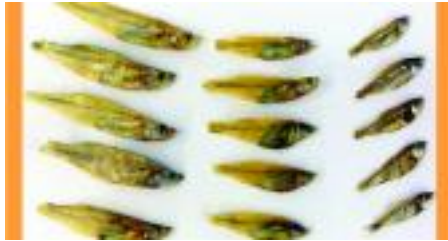


Charales



[1]

Su nombre científico es Chirostoma. Dimesiones tales como de 6 a 12 cm, delgado, cabeza larga y aplanada, comprimido lateralmente, plateado.

Por su contenido en sodio no se recomienda a personas con hipertensión, cirrosis, daño renal o hiperuricema. Combate la obesidad, colesterol, enfermedades cardiacas.

> [3]PESCADO
DEL MAR

Links:

[1] https://www.laonce.com.mx/sites/default/files/8_Charal_resize_0.jpg

[2] <http://www.laonceproductossecos.com/productos/bacalao>

[3] <http://www.laonceproductossecos.com/productos/camar%C3%B3n>