

Ardida

Categories : [Eco - Ar Livre](#)

Apimentar um pouco o cardápio não faz mal nenhum. Pelo contrário. A [Revista O2](#) revela que esse tempero tem potencial antioxidante, ajuda a melhorar tensões musculares e colabora com o sistema digestivo, além de outros benefícios. A matéria apresenta uma seleção de diferentes pimentas, com suas características.