

# BRUSELA



## ESPECIE: BRUSELA

**NOMBRE CIENTIFICO:**  
Brassica oleracea var.  
Gemmifera / Cruciferae  
(Brassicaceae)

**APORTE NUTRICIONAL:**  
Las coles de Bruselas son una excelente fuente de vitaminas (A, B1, B6, C, E) y de minerales. Son adecuadas para dietas, ya que regulan el intestino y la eliminación de líquidos, además de ser un alimento bajo en calorías. También tienen propiedades anticancerígenas

## VARIEDAD ORIGEN

GUSTUS	SYNGENTA
CYRUS	SYNGENTA