

# Acerola, fruta americana con 20x mas vitamina C que la naranja y mas antioxidante que el arándano.

escrito por Ricardo Campuzano | 16 de octubre de 2021



En este video aprendemos un poco sobre la Acerola. Contiene 20 veces mas vitamina C que la naranja, y resulta ser mas antioxidante que el arándano.

**Suscríbete a mi canal RICAMPUZANO HERBAL!**

Este fruto perteneciente a la familia de las Malpighias, es una “cereza suramericana”, o como la llamaron los españoles “cereza de las indias occidentales”.

Es un tesoro botánico de nuestras tierras el cual es usado para producir industrialmente suplementos de vitamina c, y es exportado y consumido en lugares alejados del mundo como toda una delicia exótica.

Porque no hacemos uso de ella? La comida y medicina crece a

nuestro alrededor y no lo sabemos.

Es hora de aprender a usar nuestros recursos.



Acerola