

Czy cukinię można jeść na surowo? Poznaj jej wartość odżywczą

Odkryj wartość odżywczą surowej cukinii – niskokalorycznego warzywa bogatego w witaminy C, A i z grupy B. Sprawdź, jak bezpiecznie spożywać cukinię na surowo i wzbogacić swoją dietę w 2025 roku.