



## BAKLAGİLLERİN MİKRO BESİN İÇERİĞİ

<https://www.yaylaagro.com>

İnsan vücudunda her gün binin üzerinde kimyasal tepkime gerçekleşir. Mikro besin öğeleri, yani vitamin ve mineraller, bu kimyasal tepkimelerin kusursuz bir şekilde gerçekleşmesi ve vücudun sağlıklı bir şekilde çalışabilmesi için elzemdir. Baklagillerin zengin bir vitamin ve mineral içeriği vardır. Baklagillerde bulunan başlıca vitamin ve mineraller; niasin, pantotenik asit, folat, potasyum, fosfor, bakır, demir, kalsiyum ve magnezyumdur.

