

Новое исследование показывает, что всего 2 яблока в день защитит женщин от холестерина. Ученые обнаружили, что яблоки способствуют также снижению жира в организме. Ежедневные перекусы яблоками в течение шести месяцев снизили уровень холестерина на четверть.