



We can do it!

Por un Mundo
con más *Manjares*
Traidos del cielo



@especias_romelia

01

Si sabe a vida
*Sabe a **Romelia***

ROMELIA
De la huerta al plato



ROMELIA
De la huerta al plato



@especias_romelia



Beneficios

- Vitamina B1, estimula la producción de energía y previene la disminución visual, al mismo tiempo que reduce los niveles de ansiedad, depresión y estrés.
- Vitamina B2, ayuda a atenuar las intensas migrañas y promueve la salud de tu piel, tus uñas y tu cabello.
- Vitamina A, reforzando el sistema inmunológico, y previniendo enfermedades de origen viral, bacteriano y alérgico, como las gripas.
- Potasio, por lo que ayuda al correcto funcionamiento del corazón y la presión arterial.



**Disfrútalo
a 8.500\$**

ROMELIA
De la huerta al plato



@especias_romelia



Beneficios

- Reduce la producción de mediadores de la inflamación y los radicales libres, lo que permite la producción de propiedades antioxidantes y antiinflamatorias que beneficia el tratamiento de enfermedades como dislipemia (colesterol alto), artrosis, enfermedades de la piel, úlceras gástricas, diabetes o el cáncer.
- Es un excelente sazonador y dar color a tus comidas, la Cúrcuma ayuda a mejorar la digestión, favorece la expulsión de bilis y fortalece el sistema inmunológico.

**Disfrútalo
a 9.000\$**



ROMELIA
De la huerta al plato



@especias_romelia



Beneficios

- Es un auténtico tesoro nutritivo y un ingrediente imprescindible en la gastronomía. Es un alimento que entre sus capas esconde numerosas propiedades nutritivas y medicinales, ya que es rica en minerales, oligoelementos (calcio, magnesio, cloro, cobalto, cobre, hierro, fósforo, yodo, níquel, potasio, silicio, cinc, azufre y bromo) y en vitaminas (A, B, C y E).
- Además, la cebolla contiene una sustancia volátil llamada alilo, con propiedades bactericidas y fungicidas.

**Disfrútalo
a 10.000\$**

ROMELIA
De la huerta al plato



@especias_romelia



Beneficios

- El orégano contiene vitaminas A, C E y K, así como fibra, folato, hierro, magnesio, vitamina B6, calcio y potasio. Además, el orégano, que algunas veces es llamado “mejorana” contiene potentes fitoquímicos que ofrecen potenciales beneficios de salud.
- Para aliviar los síntomas de los resfriados y catarros.
- El orégano también se considera un tónica y cuenta con una propiedad digestiva.

**Disfrútalo
a 8.500\$**

ROMELIA
De la huerta al plato



@especias_romelia



Beneficios

- Es una planta, que además de aportar un sabor inigualable a las comidas, tiene propiedades medicinales conocidas alrededor del mundo. Entre sus principales beneficios está el fortalecimiento del sistema inmunológico, ya que sus componentes químicos favorecen la producción de anticuerpos, combatiendo infecciones, al igual que hongos y bacterias, por lo que puede ayudarte en caso de amigdalitis, verrugas, mal aliento, etc.

**Disfrútalo
a 7.500\$**

ROMELIA
De la huerta al plato



@especias_romelia



Beneficios

- Tienen 5 veces más calcio que la leche.
- Poseen 3 veces más antioxidantes que los arándanos.
- Triplican la cantidad de hierro que poseen las espinacas.
- El doble fibra que la avena.
- Tienen más del doble de proteínas que cualquier verdura.
- Y más potasio que el plátano.
- Ayudan a bajar de peso.
- Ayudan a ganar masa muscular y es una gran fuente de Energía

**Disfrútalo
a 10.000\$**

ROMELIA
De la huerta al plato



@especias_romelia



Beneficios

- Además de ser un buen acompañante de tus comidas, la Pimienta Negra te ofrece beneficios para tu salud, gracias a sus acciones anti-inflamatorias, anti-oxidantes, anti-bacterianas y propiedades que fortalecen tu sistema inmunológico, puedes prevenir el envejecimiento prematuro y estimular la pigmentación de la piel; combatir infecciones y picaduras de insectos, entre otros.

**Disfrútalo
a 11.000\$**

ROMELIA
De la huerta al plato



@especias_romelia



Beneficios

- En su medida justa, la Pimienta Roja ayuda a adelgazar gracias a que aumenta la sensación de saciedad; combate el envejecimiento precoz y previene enfermedades como el cáncer, la diabetes y otras degenerativas; gracias a su contenido de Vitamina C ayuda a la prevención de enfermedades virales como la gripa y favorece la absorción del hierro que se halla en otros alimentos, combatiendo así la anemia; finalmente, por su contenido en fibra, fortalece la salud del colon.



**Disfrútalo
a 7.500\$**

ROMELIA
De la huerta al plato



@especias_romelia



Beneficios

- Contiene un 60% de hidratos de carbono, y 30% de grasas y 10% de proteínas.
- Es rica en vitaminas, como las vitaminas A, B, D, E y vitamina K.
- Contiene sales minerales y antioxidantes, que combaten los efectos de los radicales libres, entre ellos el envejecimiento celular.
- Previene el alzhéimer.
- Es bueno para la digestión.
- Tiene efectos antioxidantes.
- Reduce la inflamación.
- Fortalece el sistema inmunitario

**Disfrútalo
a 9.500\$**





**Disfrútalo
a 9.500\$**

Beneficios

- La canela es un condimento que se caracteriza por su aroma y sabor dulzón, que le da a la cocina una versatilidad en las preparaciones, ya que puede acompañar cualquier tipo de comida, además de ingerirse en forma de té, infusión, en bebidas, repostería, preparaciones saladas, entre otros.
- También posee propiedades antioxidantes, gracias a las cuales puede contrarrestar la vejez prematura (envejecimiento celular); así mismo es anti-bacteriana, anti-viral y anti-fúngica.

ROMELIA
De la huerta al plato



@especias_romelia



Beneficios

- Tiene propiedades antimicrobianas, antifúngicas y antioxidantes. Sus efectos benéficos están vinculados a los fenoles y ácidos fenólicos de sus aceites esenciales. Además son fuente de vitaminas y minerales .
- Dan sabor y olor a los alimentos, también tienen propiedades beneficiosas: facilitan la digestión, eliminan microbios y reducen los gases. Se usan en pequeña cantidad, añadiéndolas al final de la cocción para que no pierdan sabor.



**Disfrútalo
a 9.000\$**

ROMELIA
De la huerta al plato



@especias_romelia



**Disfrútalo
a 10.000\$**

Beneficios

- Su contenido en glucoquinina, también conocida como la "insulina vegetal", permite la disminución del azúcar en la sangre, previniendo la diabetes.
- Además sus compuestos pueden funcionar como preventivos cardiovasculares, ya que contiene propiedades antiplaquetarias y antitrombóticas y estimula la adecuada circulación sanguínea. Este alimento es diurético, antiséptico, neuroprotector, anti-anémico y beneficioso para el sistema inmunológico;

ROMELIA
De la huerta al plato

@especias_romelia



**Disfrútalo
a 15.000\$**

Beneficios

- Favorece el funcionamiento del aparato digestivo y protege la flora bacteriana.
- Fortalece el sistema nervioso .
- Ayuda a reducir el dolor derivado de la artritis.
- Regula el nivel de colesterol en sangre
- Puede prevenir de sufrir cáncer de colon, migraña u osteoporosis.
- Es beneficiosa para personas que sufren de problemas de corazón o hipertensión.
- Retrasa el envejecimiento celular.

ROMELIA
De la huerta al plato



@especias_romelia



Beneficios

- La canela es un condimento que se caracteriza por su aroma y sabor dulzón, que le da a la cocina una versatilidad en las preparaciones, ya que puede acompañar cualquier tipo de comida, además de ingerirse en forma de té, infusión, en bebidas, repostería, preparaciones saladas, entre otros.
- También posee propiedades antioxidantes, gracias a las cuales puede contrarrestar la vejez prematura (envejecimiento celular); así mismo es anti-bacteriana, anti-viral y anti-fúngica.

**Disfrútalo
a 8.000\$**



especias_romelia



especias_romelia



+57 301 708 7088



Calle 25 #21-53

Barrio Berlín