FOCUS : POURQUOI L'AVOCAT EST-IL LE FRUIT EMBLEMATIQUE DU KETO ?

L'avocat est souvent considéré comme **le fruit emblématique du régime keto**, mais savez-vous vraiment pourquoi ?

Quelles sont les **caractéristiques nutritionnelles spécifiques** qui lui confèrent cette place d'honneur ?

Comment contribue-t-il à maintenir le corps en état de cétose ?

Plongez avec nous dans l'univers de ce fruit incroyable et découvrez pourquoi il est devenu l'allié incontournable des adeptes du **régime keto.**

Restez connectés pour un voyage fascinant à travers la science nutritionnelle de l'avocat !

FOCUS
SUR
L'AVOCAT