

## MIEUX CONNAÎTRE LE BROCOLI

ORIGINE:

MÉDITERRANÉE  
ASIE MINEURE

ÉTYMOLOGIE:

DE L'ITALIEN "BROCCO"  
SIGNIFIE BRAS/BRANCHE  
OÙ REPOSE LA TÊTE

VALEUR NUTRITIVE:  
(pour 100 grammes)

CALCIUM: 28 g  
PROTÉINES : 3 g  
EAU : 89%