



## LILLO IL MIRTILLO

Il mirtillo è uno dei piccoli frutti più apprezzati, tanto per il suo sapore dolce e leggermente acidulo quanto per le sue numerose proprietà benefiche. Originario di Europa e Nord America, il mirtillo è un frutto di piccole dimensioni appartenente alla famiglia delle Ericaceae, ed è noto per le sue bacche di colore blu-viola. Questi frutti sono ricchi di antiossidanti, vitamine e minerali, che ne fanno uno degli alimenti più salutari in natura.