

## Ce que perdent les légumes soumis à l'agriculture intensive:

Teneur en protéines	-18%
Teneur en vitamine C	-28%
Teneur en sucres totaux	-19%
Teneur en méthionine (pommes de terre et épinards)	-23%
Teneur en Calcium	-10%
Teneur en Potassium	-18%
Teneur en Phosphore	-13%
Teneur en Fer	-77%
Teneur en Magnésium	équiv.
Teneur en Nitrates	+97%

in « Une autre assiette » C. AUBERT Ed. Equilibres Aujourd'hui.