

למה אורגני?

THE DIRTY DOZEN PLUS & THE CLEAN FIFTEEN

The dirty dozen have a high level of pesticides (buy organic!). The clean fifteen are OK to buy conventional.
מהדרגה המזוהמת ביותר לנמוכה ביותר - עדיפות לרכוש אורגני

THE DIRTY DOZEN: FRUITS

הפירות המזהמים ביותר



תפוח עץ אפרסק תות שדה ענבים נקטרינה

THE DIRTY DOZEN: VEGETABLES

הירקות המזהמים ביותר



סלרי פלפל אדום תרד SUMMER SQUASH קייל



מלפפון תפוח אדמה עגבניות שרי פלפל חריף

THE CLEAN FIFTEEN: FRUITS

הפירות הנחות מזוהמים



קיווי פאפאיה CANTALOUPE אשכולית מנגו אבנס

THE CLEAN FIFTEEN: VEGETABLES

הירקות הנחות מזוהמים



בטטה בצל יבש אבוקדו תירס כרוב
פטריות שעועית ירוקה חציל אספרגוס

לתעמקה בנושא : www.chemmystique.com
www.adamtcva.org.il
medicine.org.il/category/sperm-research