

مكونات القهوة – 1 : ا. 4 % المعادن 4 – 5% من الأحماض 11% بروتين 10 – 13 ماء. فوائد القهوة يعتبر تعديل المزاج ، وزيادة نشاط الجسم، ولكن أثبتت الدراسات أن هناك فوائد أخرى متعددة للقهوة، حيث تعمل على زيادة مناعة الجسم، وتقليل الوزن، وغيرها من التأثيرات الإيجابية على الإنسان، وفيما يلي نذكر عدداً من فوائد القهوة : زيادة نشاط الدماغ وتحفيز الذاكرة، وذلك لاحتواء القهوة