

## Aliments riches en potassium K

### Viandes

Agneau  
Bœuf  
Lapin  
Porc  
Poulet

### Poissons

Anchois  
Crevettes  
Encornets  
Maquereau  
Sole  
Sardines  
Saumon

### Céréales

Avoine  
Froment

### Légumineuses

Haricots  
Lentilles  
Pois-chiches

### Légumes

Artichaut  
Avocat  
Bettrave  
Brocolis  
Carottes  
Céleri  
Châtaignes  
Chou-fleur  
Chou vert  
Concombre  
Haricots verts  
Endive  
Laitue  
Olives  
Pommes de terre  
Poivrons  
Petits pois  
Tomate  
Persil  
Radis

## Aliments riches en potassium K

<b>Fruits</b>	Abricots Ananas Oranges Banane Dattes Figue Framboises Grenade Kiwi Mandarines Melon Pêches Pomelos Prunes
<b>Oléagineux</b>	Amandes Cacahouètes Noisettes Noix
<b>Autres</b>	Café Chocolat Levure de bière