

Изгаряне на мазнините

Всеки човек трябва да е наясно колко важна е детоксикацията . Тя помага при премахване на токсините от тялото , които пречат на правилното усвояване на хранителните вещества. Тук ще научите как да си подготвите една напитка, която ще подобри имунната ви система, ще стимулира метаболизма ви и прочиства на тялото от токсини, за да губите тегло правилно.

Съставки:

- ½ лимон
- 1 краставица
- 1 чаена лъжичка настърган джинджирил
- 1 връзка магданоз
- 1/3 чаша вода

Начин на приготвяне:

Поставете всички съставки в кухненски робот или блендер и ги смесете.

Уверете се, че сте получили гладка хомогенна смес.

Пийте тази напитка ежедневно точно преди лягане. Ще забележите значително намаляване на мазнините в корема след няколко седмици редовна консумация.