

BRÛLEZ LA GRAISSE ABDOMINALE TENACE COMME UNE FOLLE ET OBTENEZ UN VENTRE PLAT AVEC CETTE BOISSON NOCTURNE MIRACLE

Consommer cela au cours du soir pour nettoyer votre corps et faire fondre l'excès de graisse tenace accumulée dans la zone de l'estomac. Jouir de cette boisson incroyablement rafraîchissante est une merveilleuse occasion d'être mieux que jamais et obtenir un corps plus ferme.

Si vous êtes familier avec l'équation 80% régime alimentaire sain et 20% d'exercice conduisant à raffermir le corps et le rendre plus sain, alors vous savez qu'il est d'une importance cruciale de choisir intelligemment ce que vous consommez afin d'obtenir les éléments nutritifs dont votre corps a besoin et en même temps améliorer le métabolisme et perdre de la graisse corporelle en excès.

Les aliments que vous mangez ont un grand impact sur l'apparence de votre corps, donc si vous voulez faire fondre la graisse, vérifiez d'abord que vous combinez uniquement des ingrédients qui vous aideront à éliminer les toxines accumulées dans les cellules, puis commencez à brûler les graisses.

Si vous commencez par sélectionner votre alimentation, raffermir votre ventre sera beaucoup plus facile et plus rapide. Eloignez vous des aliments transformés et du sucre raffiné. Mais la chose la plus importante est de boire beaucoup d'eau pendant la journée et de consommer ce super aliment qui débutsquera toutes les toxines et les graisses piégées hors de votre corps tout entier.

Riche en eau, le concombre est vraiment un excellent choix pour obtenir un corps sexy, aplatir et raffermir votre ventre. Etant une grande source d'antioxydants, les pommes sont en tête de la liste des ingrédients brûlant la graisse qui vous gardent rassasié plus longtemps et stimulent le processus de perte de poids.

Riche en vitamine C, le citron vert offre une désintoxication complète de votre corps, nettoie le foie et les reins et brûle les graisses plus rapidement que toute autre chose. Ayant de grandes propriétés détoxifiantes, la menthe et le persil sont le choix parfait pour tous ceux qui veulent améliorer la digestion, obtenir des abdos plats et des fesses bien en forme.

Cette boisson aidera également à la construction des muscles et l'obtention d'un corps plus ferme sans trop d'effort. Elle est riche en antioxydants qui renforcent davantage les tissus du corps, font fondre la graisse comme un fou et donnent à votre corps un aspect très attrayant.

Préparez cette boisson étonnante et consommez le soir sur un estomac vide 30 minutes avant toute activité physique de votre choix (courir, la marche, la natation, le vélo, exercices légers à la maison, etc.) Les résultats que vous obtiendrez en un temps court sont plus que fantastiques.

Ingrédients:

1/2 pomme (Granny Smith)

1/2 concombre

1/2 citron vert pressé

1/2 citron pressé

2 cuillères à soupe de persil haché

8 feuilles de menthe hachées

1,5 litre d'eau

Instructions:

Tranchez la pomme et le concombre, ajoutez le citron et le jus de lime, le persil et les feuilles de menthe, et à la fin versez l'eau. Bien mélanger et mettre cela dans le réfrigérateur. Consommez le soir et ne pas manger quoi que ce soit d'autre au cours de cette période. Vous obtiendrez des résultats minceur vraiment incroyables en peu de temps!

<http://santeacademy.com/brulez-la-graisse-abdominale-tenace-comme-une-folle-et-obtenez-un-ventre-plat-avec-cette-boisson-nocturne-miracle/>