InfusÃ£o para Reduzir a Barriga

Natureza tem sempre um lado bons elementos para ajudar você a perder peso. Claro, não esperem milagres ou qualquer coisa assim. Mas o fato é que as plantas e ervas pode muito bem representar uma colaboração interessante na luta para perder peso. Esta casa de infusão para reduzir a barriga é um bom exemplo. Ingredientes: * Um litro de água
    * Cinco folhas de louro
    * Um pau de canela
    * Um punhado de folhas de sálvia Preparação: Primeiro, leve para ferver um litro de água. Depois que ferver, adicione o louro, pau de canela e sálvia. Tampe a panela e deixe ferver por aproximadamente 15 minutos ou assim. Desligue o fogo e deixe a preparação para sentar-se 5 minutos antes de esticar. Esta receita vai trazer cerca de três litros de preparação, de modo que possam servir para cerca de três dias. Pode beber quente ou fria, eo ideal seria consumir em jejum, pois a sua acção principal é sobre o sistema digestivo, o que permite trabalhar melhor, depurar e eliminar gordura e toxinas.

Sobre o Autor

Quer aprender mais sobre remedio para emagrecer e perda de peso? Tente o seguinte: RemedioEmagrecer.com.br

Source: http://www.artigopt.com