

ALIMENTACIÓN / SALUD / TENDENCIAS

Poción mágica que disuelve los kilos por las noches!

El Ciudadano · 26 de abril de 2015





¿Qué diría si le dijera que usted puede quemar un montón de calorías sin hacer ningún esfuerzo? Sí, es cierto, todo lo que tiene que hacer es beber esta bebida!

Estos dos ingredientes simples ayudan a acelerar el metabolismo. La canela tiene un efecto regulador sobre los niveles de azúcar en la sangre, y al mismo tiempo aumenta los niveles de insulina en el cuerpo. La canela ayuda a imitar la actividad biológica de la insulina y ayuda a metabolizar la glucosa.

La miel nivela de forma natural nuestros niveles de energía y ayuda a suprimir los antojos de alimentos psicológicos que nos ayudan a perder esos kilos de más. La miel también ayuda a facilitar el proceso digestivo y a acelerar el metabolismo de las grasas y el colesterol.

Añada dos cucharadas de miel y una cucharadita y media de canela en ¼ de litro de agua tibia. Beba la mitad de esta bebida por la mañana al despertar, y la otra mitad por la noche justo antes de irse a la cama.

via *Medicinas Naturales*

Fuente: [El Ciudadano](#)