

TENDENCIAS

Chef de celebridades cuenta detalles de la pauta de alimentación de Victoria Beckham

El Ciudadano · 24 de marzo de 2016



La diseñadora y ex Spice Girl, Victoria Beckham, es conocida por su estilo y también por mantener una esbelta figura. A sus 41 años, **la celebridad pesa 48 kilos, y aunque podemos pensar que es muy poco, ella dice sentirse bien y estar saludable.**

Para ello, tiene un estricto régimen que sigue sagradamente, **detalles que el chef de las estrellas Wolfgang Puck, ganador de 2 estrellas Michelin, reveló.**

El chef ha estado encargado de diversos eventos a los que Beckham ha atendido, comenta que la diseñadora sólo pide espinaca y vegetales al vapor para comer. *“Victoria pide un simple plato de espinacas con solo un toque de sal. **Es bastante fácil trabajar para ella. Le encantan los vegetales y las ensaladas**”.*

También reveló que a David Beckham, el futbolista y esposo de Victoria, por el contrario de ella, disfruta mucho de las carnes, y a sus hijos las pastas y pizzas, de las que su hijo Brooklyn, es fanático.

Por su parte, hace unos años Victoria comentó que tiene una «dieta alcalina», que busca mantener el pH de la sangre en 7,4, por lo que come sólo vegetales, **eliminando todo tipo de harinas, chocolates, mariscos y condimentos.**

Fuente: [El Ciudadano](#)