

5 INGREDIENTES DERRETEDORES DE GORDURA PARA SUCOS DETOX



DIGA ADEUS À GORDURA LOCALIZADA!

Val Ceolin - Terapeuta Nutricional

5 INGREDIENTES DERRETEDORES DE GORDURA PARA SUCOS DETOX

"Que seu remédio
seja seu alimento, e
que seu alimento
seja seu remédio"

Hipócrates

 PENSADOR

QUEM SOU EU?

Meu nome é **Val Ceolin**, sou Terapeuta Nutricional, especialista em Sucos e Shakes Detox Emagrecedores, formada pela Health Sciences Academy, na Inglaterra.

Também sou autora do **Livro Digital Sucos Detox**, que já ajudou centenas de pessoas a perderem peso e medidas em um curto espaço de tempo, melhorando a saúde, a autoestima e a qualidade de vida.

Espero que este mini guia seja de grande ajuda para você conseguir melhorar sua saúde, perdendo peso e medidas com os maravilhosos Sucos Detox.



DIGA ADEUS À GORDURA LOCALIZADA!

1º INGREDIENTE: COUVE

Das folhas verdes, a couve é uma das campeãs no ranking de melhores antioxidantes. Por ser um dos melhores alimentos que existem na natureza, ela te faz sentir muito bem nutrido(a) e diminui a sua vontade de comer compulsivamente.

*Por isso, eu aconselho que você consuma couve junto aos seus **Sucos Detox** durante todos os dias da sua vida.*



A couve é uma arma poderosa contra diversos tipos de câncer, e além disso, ela tem mais cálcio por caloria do que o leite, sendo excelente para a saúde dos ossos.

O SEGREDO DOS INGREDIENTES

Você sabia que a maioria das receitas Detox divulgadas pela internet não ajudam a emagrecer?

Grande parte dessas receitas não são nutricionalmente balanceadas e possuem uma grande quantidade de açúcar.

Como resultado, elas podem dificultar o emagrecimento e em certos casos até aumentar a probabilidade de ganho de peso.

2º INGREDIENTE: ESPINAFRE

Além do seu sabor agradável, o espinafre também é ótimo para quem deseja emagrecer, pois ele proporciona uma sensação de bastante saciedade, nos ajudando a comer menos ao longo do dia.



Apesar de comermos bem menos durante o dia, estaremos muito mais bem nutridos(as), porque o espinafre contém vitaminas A - C - K - B6, Folato, Cálcio, Ferro, Magnésio e Potássio.



Sua beleza e saúde agradecem!

3º INGREDIENTE: GENGIBRE

A maior vantagem do gengibre é que ele é termogênico, ajudando a aumentar o seu metabolismo. Isso significa que, ao consumir gengibre, sua temperatura corporal vai aumentar um pouquinho, o suficiente para o seu corpo queimar mais calorias em um menor espaço de tempo.



Além disso, o gengibre contém compostos anti-inflamatórios potentes chamados gingerols. Esses compostos ajudam a reduzir diversas inflamações no nosso corpo. São excelentes para dores musculares e para quem sofre com dores no estômago.

*Outra vantagem do gengibre é que ele tem um sabor um pouco picante que ajuda a esconder o gosto forte dos vegetais quando preparamos nossos **Sucos Detox Emagrecedores**.*

4º INGREDIENTE: LIMÃO

A vitamina C, encontrada no limão, facilita a absorção do cálcio nas células, facilitando o processo de perda de peso.



Colocar suco de limão no seu **Suco Detox** é uma excelente opção para melhorar a sua saúde. Quando é absorvido pelo nosso corpo, o limão alcaliniza o nosso organismo melhorando o desempenho de diversas funções vitais.

Além disso, ele possui baixíssimo número de calorias, se comparado com outras frutas e um altíssimo valor nutricional.

5º INGREDIENTE: AIPO / SALSÃO

O Aipo (também conhecido como salsão) é uma excelente opção para quem deseja emagrecer. Isso porque ele é rico em água (com vitaminas e minerais) e também é rico em fibras. Essa combinação vai fazer você se sentir bem alimentado(a) por mais tempo, evitando aquela vontade de comer besteiras.



O Aipo é anti-inflamatório, rico em fitonutrientes, potássio e em vitaminas C e K. Por isso, ele te ajuda a prevenir câncer, problemas do coração, reduz a pressão arterial, reduz dores nas juntas, melhora sua hidratação, sua digestão e a aparência da pele.


Gostaria de Emagrecer Rápido e Com Saúde?

Saiba como estou ajudando muita gente a perder até 4kg em apenas 5 dias:

Clique Aqui e Saiba Mais!

COMO EU PERDI 7CM DE BARRIGA EM 5 SEMANAS

Clique aqui! →



SUCOS DETOX

As 50 RECEITAS
Que Me Fizaram
PERDER 10KG
E Nunca Mais Voltar
Ao Meu Peso Anterior...

RECEITAS TESTADAS!

SIM! EU QUERO SABER MAIS →

Para mais dicas e informações sobre Sucos Detox, acesse o meu **Blog:** www.DietaDoSucoVerde.com.br

Outras formas de estar em contato comigo:

Canal do You Tube: [YouTube.com/c/DietaDoSucoVerdeBr](https://www.youtube.com/c/DietaDoSucoVerdeBr)

Instagram: [Instagram.com/dieta_do_suco_verde](https://www.instagram.com/dieta_do_suco_verde)

Grupo do Facebook: [Facebook.com/groups/dietadosucoverde](https://www.facebook.com/groups/dietadosucoverde)