Este polvo hace Maravillas! Me deshice de 20 libras en un mes con solo una cucharadita de este polvo quemagrasa!!

**Este polvo hace Maravillas! Me deshice de 20 libras en un mes con solo una cucharadita de este polvo quemagrasa!! Nuestra figura siempre será muy importante, ya sea estéticamente como saludablemente. Nuestras rutinas de vida nos han llevado a tener hábitos muy poco saludables, como el sedentarismo, el consumo de alimentos nocivos para nuestro cuerpo, y muchas otras cosas más. Lo más importante es recordar que la belleza externa siempre dependerá de cómo te sientes en tu interior.**

**El comino soluciona el problema de** sobrepeso.

**Muchas personas se someten a una serie de rutinas de ejercicios y dietas que no ayudan en nada a la salud, al contrario, debilitan el cuerpo. Hay que mantener un equilibrio sano, lo mejor es que la dieta sea dictada por un especialista según tus necesidades. El remedio que te presentaremos hoy es un complemento para el tratamiento que estés realizando. Estudios han revelado que el anís comino posee un compuesto activo que es lo que nos hará perder peso de manera instantánea y rápida.**

**El filosterole, nos permite eliminar la retención no solo de líquidos sino también de grasas en nuestro cuerpo. Se descubrió que las personas que incluyeron 3 gramos de polvo de comino en su alimentación habían perdido 14 libras en contra de 4 libras que pierden quienes hacen una dieta común.**

**PARA ESTE SENCILLO REMEDIO NECESITARÁS LO SIGUIENTES INGREDIENTES:**1/2 cucharadita de jengibre rallado, 1 limón, 1 cucharadita de comino.

**PREPARACIÓN: Hervir en 2 tazas de agua el comino y el jengibre durante 5 minutos. Cortar medio limón en rodajas y agregar a la infusión. La otra mitad del limón debe exprimirse para extraer todo el jugo, este se debe agregar a la preparación.**

**MODO DE USO:**Tomar una cucharada tres veces al día antes de cada plato fuerte.

**Propiedades del comino para perder peso: El comino es una planta herbácea, también conocida como Cuminum cyminum que brinda un sabor y aroma particular a las comidas gracias a los principios activos que contiene. Ésta, además de ser muy utilizada como condimento en la cocina, posee virtudes que te pueden ayudar a perder peso. Mejora la digestión gracias a que optimiza la metabolización de los distintos nutrientes que contienen los alimentos. Actúa como desinflamante natural, reduciendo la hinchazón abdominal.**

**Es carminativo, ya que reduce la producción de gases intestinales. Es antioxidante, por lo tanto estimula el gasto metabólico a expensas del tejido graso, destruyéndolo para obtener energía. Esto se logra gracias a los flavonoides y terpenos que contiene. Pues bien a través de su té o infusión, la cual se sugiere beber diariamente dentro de una dieta para adelgazar. De esta forma potenciarás aún más la pérdida de peso.**