

🔥 RECETA ULTRA GELATINA BARIÁTRICA 48H

La mezcla más fuerte para desinflamar, drenar y activar la quema 24H.

autor: kaio vinicius

● INGREDIENTES (DOSIS EXACTA)



- 1 sobre (12 g) de gelatina **sin sabor**
- 300 ml de agua caliente
- 100 ml de agua fría
- 1 cucharadita (5 g) de **jengibre rallado**
- 1 cucharadita (5 g) de **cúrcuma**
- Jugo de **1 limón grande**
- 1 cucharadita (5 ml) de **vinagre de manzana**
- 5 gotas de stevia (opcional)

● MODO DE PREPARACIÓN

01

Calentar el agua

Calienta 300 ml de agua hasta que esté muy caliente (no hervida).

02

Disolver la gelatina

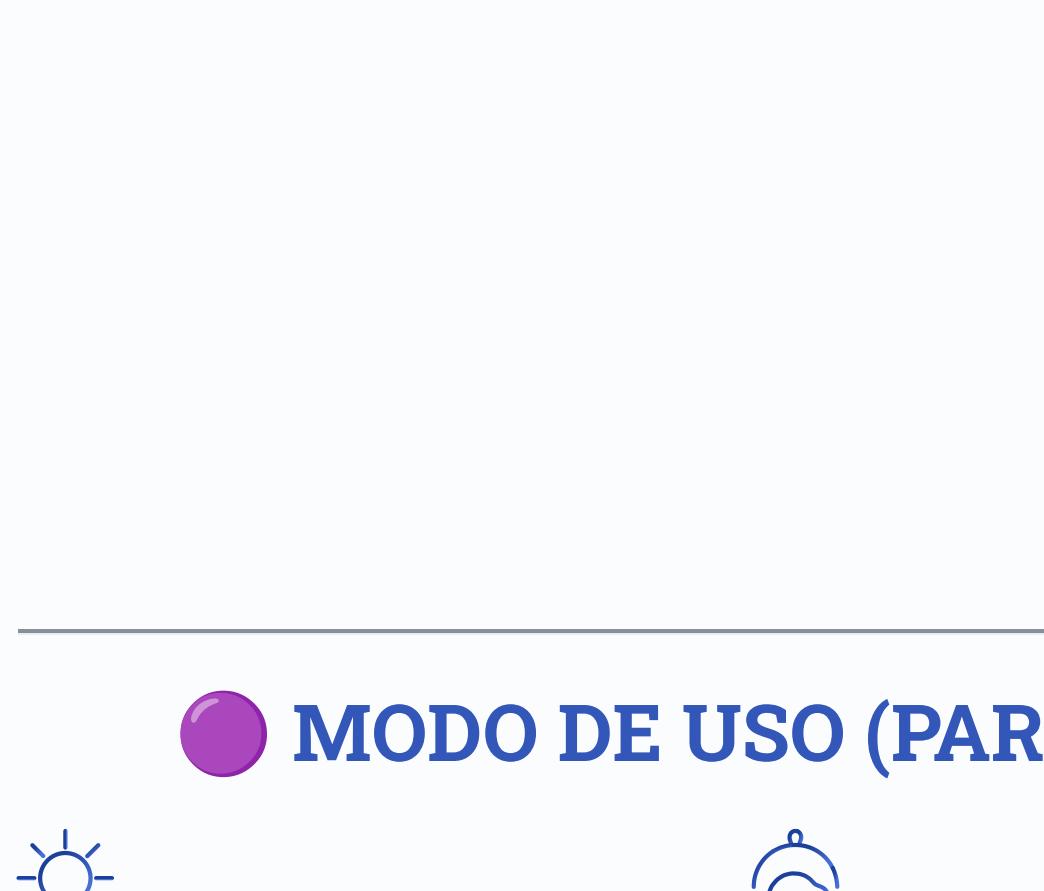
Agrega la gelatina sin sabor y mezcla hasta disolver completamente. Asegúrate de que no queden grumos.



03

Añadir jengibre y cúrcuma

Añade el jengibre rallado y la cúrcuma a la mezcla. Revuelve bien hasta integrar y ver un color dorado intenso.



04

Incorporar limón y vinagre

Agrega el jugo de limón y el vinagre de manzana a la preparación y mezcla suavemente.



05

Enfriar la mezcla

Incorpora los 100 ml de agua fría para bajar la temperatura de la mezcla.

06

Refrigerar hasta cuajar

Vierte la mezcla en un recipiente adecuado y **refrigera por 2 horas** hasta que cuaje completamente.



→ Debe quedar **espesa**, aromática y con color dorado intenso.

● MODO DE USO (PARA PERDER PESO RÁPIDO)

