

Jus naturel pour maigrir



Ingredients

80% de pommes
20% de pamplemousse
20% de citron

Recette

Presser les fruits et consommer immédiatement, fortement conseillé de le boire 20 minutes avant les repas. Ces fruits abaissent la production d'insuline tout en favorisant le métabolisme.

Astuce

Si le jus est très acide, vous pouvez y rajouter une petite cuillère de miel.

Informations de la recette

- > Temps de préparation : 10 Min
- > Temps de cuisson : Aucun
- > Temps de repos : Aucun
- > Difficulté : Très facile
- > Prix : 3€
- > Végétarien : Oui