



REMEDIOS FACIL24

AGUA DE CHIA CON
LIMÓN:
TODO LO QUE
SIEMPRE QUISISTE
SABER.

VER VÍDEO!

FACIL24.COM

¿Has probado alguna vez agua de chía con limón? Aparte de refrescante, esta es una bebida capaz de depurar el organismo, aportarnos abundantes antioxidantes y facilitar el perder peso.

Agua de Chia con Limón: Todo lo que Necesitas Saber para Adelgazar Rápido y Aprender Prepararla

★ ☆ ★ SUSCRÍBETE ★ ☆ ★

►► <https://goo.gl/PvPC3d>

Las semillas de chía están poco a poco más de tendencia en la dieta de bastantes personas, puedes hallarlas en cualquier tienda natural y te ayudarán en más cosas de las que piensas. Tienen un singular sabor a nuez, aparte de increíbles nutrientes, y esta semillas se levantan como un antídoto estupendo toda vez que las combinamos con agua enriquecida con limón. ¿Te agradaría saber de qué manera prepararla? El día de hoy en nuestro espacio te lo desvelamos.

Las ventajas de consumir día a día agua de chía con limón.

Hay quien toma semillas de chía en sus ensaladas, combinadas con yogures, batidos o bien, aun, otros realizan ricos postres o bien pan.

Tienen un sabor realmente agradable, mas lo más interesante son, indudablemente, sus múltiples beneficios.

- Las semillas de chía tienen cinco veces más la cantidad de calcio que la leche.
- Son más ricas en antioxidantes que los arándanos.
- Tienen tres veces más hierro que las espinacas.
- Tienen más fibra que la avena.

• Las semillas de chía disponen de una elevada cantidad de proteína, por eso sean uno de los comestibles preferidos de los vegetarianos.

Nosotros prepararemos agua de chía con limón, es una forma fácil y veloz de conseguir un sinnúmero de nutrientes.

Síguenos en las redes sociales:

- FB ► fb.me/remediosfacil24
- G+ ► <https://goo.gl/Rq7vP6>

★ ☆ ★ DISCLAIMER ★ ☆ ★

La información que contiene todos los videos de este canal, es de carácter informativo.

Y por tanto no Pretende sustituir el consejo de un especialista médico.

COMPARTE ESTE VIDEO:

<https://youtu.be/9iSgCsc32d4>

pleace subscribe in my channel