

Chá Termogênico da Vovó

www.receitasdafia.com/receitas/cha-termogenico-da-vovo

Quando a sabedoria da vovó se une aos poderes da natureza, nascem verdadeiras porções de bem-estar.

Gháe Termogênico edak Movó

2 10 min



Ingredientes

- 1 pedaço de gengibre (anti-inflamatório e termogênico natural)
- 1 pau de <u>canela</u> (acelera o metabolismo e regula o açúcar no sangue)
- Suco de ½ limão (refrescante, rico em vitamina C e desintoxicante)
- 1 colher (chá) de chá verde (antioxidante e queima-gordura natural)

Modo de Preparo

- 1. Ferva a água com o gengibre e a canela por 4 minutos.
- 2. Desligue o fogo e acrescente o chá verde.
- 3. Tampe e deixe descansar por 5 minutinhos.
- 4. Coe, adicione o limão e beba morno.
- 5. Aquece o corpo, acelera o metabolismo e ainda dá aquele empurrãozinho para quem quer cuidar do peso com saúde e simplicidade.

www.receitasdafia.com