

JUGOS ADELGAZANTES Y REVITALIZADORES PARA UNA VIDA SALUDABLE



INGRID MACHER



Introducción

¡Felicitaciones!

Al descargar este informe especial, estarás dando los primeros pasos para descubrir el cuerpo de tus sueños.

La buena noticia es que este es el paso más importante que puedes dar.

Y si aplicas este simple secreto que estoy a punto de compartir contigo, podrás lograr tú meta de perder peso más rápido de lo que te puedas imaginar.

Porque mientras muchos luchan por dar ese primer paso...





¡Tú estás dando pasos de vencedores por el Gran Cañón!



Entonces... ¿cuál es el secreto que te permite quemar más grasa en menos tiempo?

Bueno...

Perder peso NO se trata de comer menos.

TAMPOCO se trata de hacer más ejercicios.

Si, reducir la ingesta de calorías y hacer ejercicios ayuda...



Pero para quemar más grasa, es necesario que tu metabolismo trabaje a su máxima potencia.

Y el secreto para que eso suceda... es proporcionándole a tu cuerpo los nutrientes que necesita.

Piensa que tu metabolismo es como un carro.

Puedes tener el motor más poderoso...

Pero si no tienes gasolina en el tanque, no te llevará a ningún lado.

Bueno, cuando se trata de quemar grasa, los nutrientes son la gasolina.

Y si quieres derretir toda esa grasa que te mantiene alejado del cuerpo sexy y delgado que tanto quieres... es necesario proporcionarle a tu cuerpo una variedad de nutrientes.

Entonces... ¿De dónde obtienes los nutrientes?

Los nutrientes los obtienes a través de una dieta balanceada.

Una dieta que incluya muchísimas frutas y vegetales.

Todos sabemos que estos alimentos son buenos para la salud.

Están repletos de vitaminas, minerales y antioxidantes que luchan contra la grasa.

Pero... a muchos de nosotros nos cuesta incluir estos alimentos en nuestra dieta ya que siempre estamos corriendo y muy ocupados.

¡Y de eso se trata este informe especial!



Te voy a mostrar cómo puedes llenar tu cuerpo con todos los nutrientes que este necesita... sin importar lo ocupado que estés.

Es una gran manera de consumir todas las frutas y vegetales... en tan solo segundos.

Mejor aún, consumirás estos alimentos en su forma natural y cruda.

¡Porque vamos a convertir estos alimentos... en un jugo quemador de grasa!

Preparar jugos es la manera más rápida y efectiva de consumir todas las frutas y vegetales que se requieren en un día.

No solo te ahorras tiempo porque no tienes que cocinar (algunos nutrientes se destruyen con el calor)...

Pero de esta forma puedes obtener todos los nutrientes que estos alimentos ofrecen, porque el jugo es más fácil de digerir.

¡Además, obtienes lo máximo de estos nutrientes por menos dinero!

Entonces, ¿Cuáles son los mejores alimentos para preparar jugos?

Bueno, eso es lo mejor de todo...



Mientras más variedad tengas, mejor para ti.

Prácticamente puedes hacer jugos de cualquier fruta o vegetal que esté en temporada, así que experimenta con los sabores.

¡Sé creativo!

Pero si necesitas algo de inspiración para comenzar, voy a compartir contigo algunas de mis recetas favoritas para preparar jugos quemadores de grasa...

¡Veámoslas!



Jugos Adelgazantes

Jugo Para Eliminar La Ansiedad



- ◆ 1 puñado de hierbabuena o menta
- ◆ 1 manzana verde
- ◆ 1 limón
- ◆ 1 pedazo pequeño de jengibre
- ◆ 1 pepino verde o cohombro

Jugo Para Aplanar El Abdomen



- ◆ 3 varas de apio
- ◆ 1 pepino verde o cohombro
- ◆ 1 limón
- ◆ 1 taza de agua de coco



Jugo Energizaste

- ◆ 1 punado de coles rizadas
- ◆ 2 vara de apio
- ◆ 1 manzana verde
- ◆ 5 esparrago

Jugo Quemador De Grasa



- ◆ 1 toronja o pomelo
- ◆ 1 puñado de espinacas
- ◆ 1 manzana verde
- ◆ 1 Limón verde

Jugo Para Desintoxicarnos A Diario



- ◆ 1 manzana verde
- ◆ 4oz de agua
- ◆ 1 Limón verde exprimido
- ◆ 1 cucharada de pimienta roja o pimienta de Cayena
- ◆ 1 cuchara de miel de abejas o Agave



Jugo Diurético

- ◆ 1 Pepino cohombro o pepino verde
- ◆ 1 limón verde exprimido
- ◆ 2 rodajas de piña
- ◆ 1 pedacito de jengibre
- ◆ 1 vara de apio

Jugo De Fibra Adelgazante



- ◆ 1 remolacha
- ◆ 1/3 de repollo rojo
- ◆ 2 varas de apio
- ◆ 1 naranja

Jugo Revitalizador



- ◆ 1 zanahoria
- ◆ 1 vara de apio
- ◆ 1 puñado de perejil
- ◆ 1 manzana verde



Jugo Verde De Temporada

- ◆ 1 fruta en cosecha
- ◆ 1 puñado de espinacas
- ◆ 1 vara de apio
- ◆ 1 lechuga verde de temporada

Jugo Súper Verde



- ◆ Apio
- ◆ 1 Pepino cohombro
- ◆ 1 Un puñado Espinacas
- ◆ 1 Un puñado de Brócoli
- ◆ 1 Manzana verde
- ◆ 1 limón
- ◆ ½ banana



Conclusión

Y ahí lo tienes...

Esas recetas son una excelente forma de comenzar. Pero como te dije...
¡Experimenta y sé creativo con tus mezclas!

Lo importante es que preparar jugos sea parte de tu vida.

Es una increíble manera de llenar tu cuerpo de nutrientes poderosos quemadores
de grasa... sin llenarlo de calorías vacías.

Es divertido, delicioso... y solo te tomará unos minutos prepararlos.

De eso se trata cuando quieres obtener una transformación increíble.

A veces, las cosas pequeñas te dan resultados GIGANTES.

**Esto fue lo que me ayudó a perder 55 libras en 90 días... y me
ha ayudado a mantenerme.**

He creado un video especial donde revelo mis más poderosos secretos...

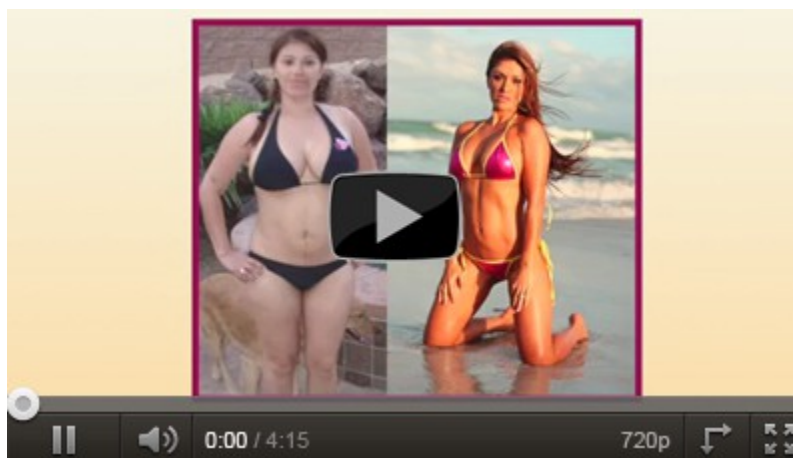
Como por ejemplo La Unión Entre La Mente Y El Cuerpo, el simple truco que ha
sido científicamente comprobado que duplica la pérdida de peso...

... ¡sin realizar NINGÚN cambio a tu dieta o rutina de ejercicios!



Es perder el doble de peso... ¡Siguiendo la misma rutina que sigues en este momento!

Para enterarte de cómo funciona, todo lo que tienes que hacer es ver este video:



Pero te debo advertir que este video no estará disponible por mucho tiempo.

Así que para aprovecharte de este truco que cambiará tu vida, tienes que actuar rápido.

[Ve el video ahora mismo, clic aquí!](#)

Cuando lo hagas, descubrirás otros trucos poderosos para perder peso...

Como comer COMIDAS CHATARRAS (en el momento adecuado) te puede acelerar la pérdida de peso...

Y...



Como obtener mejores resultados escribiendo en un bloc de notas... que los que puedes obtener en una caminadora.

[Todo lo encontrarás en el video...](#)

Si quieres perder peso, échale un vistazo.

De cualquier forma, espero que disfrutes de las recetas para preparar jugos quemadores de grasa que he compartido contigo en este informe especial.

Sé que una vez que los jugos formen parte de tu vida, verás un gran cambio en la manera en cómo te ves y te sientes.

Así que por favor, comparte esta información con tus amigos...

Gracias por ayudarme a ayudar a otros a...

¡Obtener un cuerpo saludable y sexy!

Que pases un lindo día,

Ingrid Macher