



Té negro, la infusión más efectiva para adelgazar y quitar algo de barriga

Descripción



Los té e infusiones adelgazantes se han convertido en complementos ideales de las dietas de adelgazamiento. Ahora que hace calor, puedes disfrutarlos fríos y algunos son deliciosos. Hoy vamos a hablaros del té negro, uno de los té más efectivos para quemar grasa abdominal. Por este motivo es ideal para adelgazar y sobre todo para reducir la cintura. Lo ideal es consumirlo antes de las

principales comidas del día, ya que te llena y te hace comer menos. No obstante, también podemos utilizarlo como sustituto de los picoteos entre horas. Además, facilita la digestión de los alimentos.

Fecha de creación

julio 2023