**Сладкий рецепт красоты**

Замечательно выглядеть, чувствовать себя превосходно, иметь стройную и подтянутую фигуру и быть счастливой, совсем не так уж и сложно, как все мы привыкли считать. Ведь вокруг нас так много доступных вспомогательных средств, и большинство очень даже приятны и вкусны. Так, многие из нас знают, насколько полезный натуральный пчелиный мед, и насколько эффективны специи при похудении. А задумывались ли вы, что разные компоненты в сочетании друг с другом дают колоссально быстрые результаты? Единственное что нам нужно знать наверняка, какие компоненты следует правильно сочетать.

Приятной находкой для девушек стала **корица с медом для похудения**. Каждый из этих ингредиентов положительно влияет на обмен веществ, вследствие которого снижается вес. Стало известно, что при совмещении они превращаются в эликсир здоровья и красоты. Но это не главная его особенность, корица с медом служит лекарством многих недугов: артрита, болезней сердца, цистита, при расстройстве желудка и даже онкологических заболеваний. Применение меда с корицей служит снижению уровня холестерина, ускоряет заживлению укусов москитов, предотвращает зубную боль, и помогает с проблемой выпадения волос. Так же, частое употребление меда с корицей укрепляет иммунитет молодого организма. Разве остаются сомнения, после выше перечисленного, что при взаимодействии с корицей сохраняет молодость, красоту и здоровье? Но нам стоит более поподробнее поговорить о том, как все-таки действует **корица с медом для похудения.**

Для более эффективной диеты, вам следует внимательно отнестись к выбору продуктов. Корицу лучше использовать в виде палочек, ведь в отличие от молотой корицы, корица в виде палочек сохраняет большее количество полезных веществ. Мед лучше использовать не пастеризованный. Самый лучший способ для начала похудения, приучить себя, пить натощак стакан коктейля из корицы и меда. Вам необходимо добавить ложку корицы и ложку меда в стакан воды.

Существует еще один способ, употребления коктейля натощак. Очень важно, чтобы вы с вечера готовили смесь из корицы и меда, перед тем как ляжете спать. Итак, берете чайную ложечку корицы и заливаете ее кипятком, накрыв ее блюдцем, и в течение 6-8 часов ваша смесь должна настояться. Напиток должен быть комнатной температуры. Рекомендуется употреблять напиток утром, после пробуждения на голодный желудок.

По мнению девушек, которые успели опробовать напиток на себе, рецепт помогает абсолютно всем. При регулярном использовании, уменьшается талия и вес. Но достигнув определенного результата, ваш вес остановится. Все заключается в том, что корица с медом служит для очищения пищевого тракта организма, она убивает паразитов, которые замедляют ваше пищеварение. В таком случае, не стоит расстраиваться. Для возобновления снижения веса, вам необходимо лишь добавить физические нагрузки. В результате, вы не только начнете худеть, но и приобретете подтянутую фигуру.