Оце він мене вжарив

Я залишилася повністю задоволена та спокійна за безпеку своєї… фігури, звісно)

Мені завжди здавалося, що мені потрібно скинути декілька лишніх кілограм, проте моя боротьба із зайвими кілограмчиками постійно була не в мою користь. Якщо від солодкого я ще сяк-так можу відмовитися, замінивши його фруктами та чорним шоколадом, то забути про смажену їжу я не в силі. Лише один запах смаженої картопельки з таким же підсмаженим м’ясцем зводить мене з розуму. Я вже готова була полюбити свої ненависні кілограми, якби випадково не переглянула відео одного дієтолога, який рекомендував користуватися електрогрилем таким любителям смаженого як я. Я вирішила спробувати і придбала його. Це був мій рятувальний круг, адже з електрогрилем я могла смажити, запікати, підігрівати все що завгодно, без додавання олії. Плюс в мене тепер домашнє барбекю хоч на кожний день.

Тепер я божеволію не від думки про зайві кілограми, а тільки від смаку приготовлених мною корисних та смачних страв.

А чи доводилося вам боротися з лишніми кілограмами за допомогою електрогрилю? Поділіться своєю історією схуднення.

Вот это он меня вжарил

Я осталась полностью довольна и спокойна за безопасность своей... фигуры, конечно)

Мне всегда казалось, что мне нужно сбросить несколько лишних килограмм, но моя борьба с лишними килограммчиками постоянно была не в мою пользу. Если от сладкого я еще кое-как могу отказаться, заменив его фруктами и черным шоколадом, то забыть о жареной пищи я не в силах. Только один запах жареной картошечки с таким же поджаренным м’яском сводит меня с ума. Я уже готова была полюбить свои ненавистные килограммы, если бы случайно не посмотрела видео одного диетолога, который рекомендовал пользоваться электрогрилем таким любителям жареного как я. Я решила попробовать и приобрела его. Это был мой спасательный круг, ведь с электрогрилем я могла жарить, запекать, подогревать все что угодно, без добавления масла. Плюс у меня теперь домашнее барбекю хоть на каждый день.

Теперь я схожу с ума не от мысли о лишних килограммах, а только от вкуса приготовленных мной полезных и вкусных блюд.

А приходилось ли вам бороться с лишними килограммами с помощью электрогриля? Поделитесь своей историей похудения.