



**Blandine Rabat**

*Diététicienne nutritionniste*

*Cryolipolyse*

*06 95 99 49 56*

*Www.blandine-dieteticienne-grenoble.com*

## **Boisson détox**

**Temps de préparation : 2 minutes**

### **Ingrédients (pour 1 grand verre) :**

- 1 à 2 càs de vinaigre de cidre bio non pasteurisé
- 2 càs de jus de citron
- 1 càc de canelle en poudre
- 1 pincée de piment de Cayenne
- 1 dosette de stévia ou 8 mg (facultatif)

### **Préparation de la recette :**

*Mélanger tous les ingrédients dans 300 mL d'eau.*

*À boire avant chaque repas.*

*Vous pouvez également multiplier les quantités par 3 et boire cette boisson toute la journée.*

*Retrouvez cette recette avec l'explication de l'utilité des différents ingrédients utilisés, ainsi que d'autres conseils et astuces dans mon Ebook :*

***Optimiser et maintenir sa perte de poids.***

*À télécharger sur mon site internet : [www.blandine-dieteticienne-grenoble.com](http://www.blandine-dieteticienne-grenoble.com)*

*Un extrait gratuit est également disponible au téléchargement.*