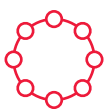


Wake up

Vsebuje veliko vitamina C, likopena in kalija ter kapsaicin. Odlična izbira za boj proti prehladu.

Rdeča paprika

Rdeča paprika ima dvakrat več vitamina C kot pomaranča. Vitamin C je močen antioksidant, ki telesu pomaga, da se znebi prostih radikalov, ter varuje kožo in krvne žile.



Rdeča paprika je vir betakarotena in likopena, antioksidantov, ki sta povezana z zmanjšanim tveganjem za pojav številnih bolezni.

C

Rdeča paprika ima dvakrat več vitamina C kot pomaranča.



Paradižnikov sok

Paradižnikov sok vsebuje veliko likopena – antioksidanta, ki varuje zdravje črevesja. Zaradi velikega deleža vlaknin in vode je paradižnik popolna izbira za spodbujanje delovanja debelega črevesja. Poleg tega ima tudi močno antiseptično delovanje.

B₆ K

Paradižnik je zelo dober vir niacina, kalija, folne kisline in vitamina B₆.

30%

Raziskave so pokazale, da lahko prehrana, bogata s paradižnikom, za kar 30 % zmanjša tveganje za nastanek bolezni srca.



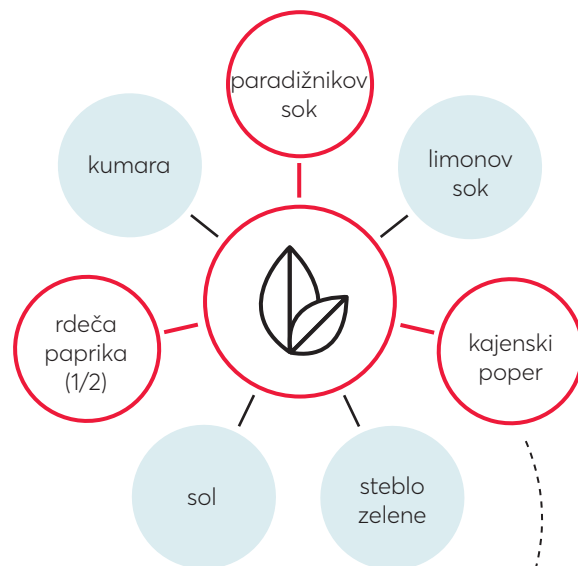
Ključna sestavina kajenskega popra je kapsaicin.

Kajenski poper ogreje tkivo in spodbuja krvni obtok.



Kajenski poper

Kajenski poper je začimba, ki se lahko uporablja v različne namene. Z uživanjem kajenskega popra boste prisilili telo, da porabi več energije in kisika, s čimer boste porabljali kilograme. Kapsaicin pomaga pri zamašenem nosu, izboljšuje prebavo in je odličen zaveznik v boju proti prehladu.



Ključne sestavine: paradižnik, rdeča paprika in kajenski poper



Vsak dan pred obroki spijte 1-2 dcl hladnega Donata Mg za boljšo voljo!