



INGREDIENTE:

- 180 ml de apă clocotită
- 1 lingura pudra de roscove
- 1/4 lingurița scortisoara
- lapte de cocos (plin de grăsime)

Deliciul de roscove cu scortisoară

Luați în considerare să încercați pudra de roscove dacă sunteți anxios și stresat.

Este bogată în antioxidanți, conține polifenol și acid galic care s-a dovedit că ajută la sindromul metabolic, are proprietăți chimioprotectoare și ajută la digestie.

PREPARARE

- Fierbeți apa, adăugați pudra de roscove și scortisoară și completați cu lapte de cocos. Amestecați și bucurați-vă!
- Roscovele tind să se așeze puțin, așa că probabil va trebui să-l amestecați din nou când ați terminat de băut.