

Pancia piatta con l'acqua di Sassy

Autore: Paola Medori

Data: 05 Gennaio 2016

L'acqua è un elemento naturale e anche il corpo ne è composto per gran parte. Bere acqua tutti i giorni è alla base della bellezza e della salute, ma non tutti riusciamo a berne 8 bicchieri o due litri. L'**acqua di Sassy** bevuta con costanza può ottenere un **effetto diuretico**, e non solo: questa miracolosa **acqua detox** vanta come conseguenza quella di raggiungere un **ventre super piatto**, ma soprattutto tutti possiamo realizzarla a casa in pochi minuti.

Non c'è nulla da fare: [la bevanda migliore per chi vuole dimagrire è l'acqua](#) e, se "potenziata" con ingredienti naturali e healthy, non può che farci bene, aiutandoci ad evitare tutte quelle bibite gassate dannose tanto per la nostra salute quanto per la linea. **L'acqua di Sassy è una bevanda semplice da creare**, low cost e dagli ottimi risultati. Inoltre riduce il mal di testa, è antiossidante e ha un'azione tonificante sull'organismo. L'acqua di Sassy è anche molto dissetante. Vi consigliamo di berla associandola comunque ad una sana alimentazione ma soprattutto a buone abitudini che prevedono [dell'attività fisica almeno due volte alla settimana in palestra](#). Tutto questo combinato con **l'acqua di Sassy** assicura un effetto detox garantito!

La ricetta per creare l'acqua di Sassy

La ricetta base prevede una caraffa riempita con 2 litri di **acqua oligominerale**, non gassata e quindi facilmente assimilabile dall'organismo, che ne viene depurato, alla quale si aggiungono fette sottili di cetriolo e di un limone senza semi, 12 foglioline di menta e un cucchiaino di zenzero. Il tutto si lascia macerare in frigorifero per una notte. Il gusto personale e la fantasia vengono in aiuto per delle piacevoli varianti della vostra **bevanda depurativa**. Una di queste può essere preparata con fragole, basilico e menta; un'altra con mango a tocchetti, lime e menta, e ancora ananas e zenzero oppure mirtillo e salvia.

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/salute-donna/dieta/pancia-piatta-con-lacqua-di-sassy/>

Generato il 17/04/2025