

## ПЕРЕЦ ДЛЯ ПОХУДЕНИЯ В ТАШКЕНТЕ

Ташкент, Узбекистан

Красный перец для похудения

Красный перец для похудения

Жгучий красный перец можно назвать одной из любимых русских приправ, хотя мы привыкли считать его специей южных стран – наши хозяйки любят добавлять его в самые разные блюда, и он делает их пикантными и интересными: маринады, супы, мясные, рыбные и овощные, и даже выпечку и сладости.

Целебные свойства красного перца тоже известны людям издавна: им лечили заболевания органов дыхания, ангину, проблемы кровообращения; с его помощью укрепляли иммунитет и улучшали самочувствие. Не так давно выяснилось, что красный перец помогает справляться ещё с одной серьёзной и насущной в наше время проблемой – избыточным весом и ожирением. Конечно, об этом знали и раньше, но на многие знания древних людей учёные мужи обращали мало внимания, считая их не слишком серьёзными; между тем, женщины во все времена старались использовать жгучий красный перец для поддержания здоровья и красоты кожи, волос и фигуры.

Почему от красного перца худеют

Всего несколько лет назад были опубликованы результаты исследований, показавших, что красный перец отлично снижает повышенный аппетит. Тем, кто не любит острое, эта новость тоже может быть полезной: дело в том, что перец необязательно добавлять в блюда в чистом виде – можно принимать его в капсулах, и результат будет точно такой же.

Другое исследование, проведённое чуть позже, показало, что употребление красного перца ускоряет сжигание жира в организме, благодаря содержанию капсаицина – вещества, которое многие диетологи называют чудодейственным. На самом деле ничего сверхъестественного здесь нет: капсаицин способствует разрушению жиров, а также стимулирует активность организма – на усвоение красного перца приходится затрачивать много калорий. Симпатическая нервная система, начинающая активно работать в экстремальных ситуациях – при стрессах, болях, эмоциональных и физических нагрузках, тоже помогает процессу похудения.

Способы похудения с красным перцем

С помощью красного перца можно худ

---

Цена: **159 990 сўм**

Тип объявления:  
Продам, продажа, продаю

Торг: уместен

---

**Azamov Bobur**

**+998946640100**

**Ташкент, Чиланзар,  
ул.Заргарлик**