17 Οκτωβρίου 2012

Η καλή μέρα από το πρωινό φαίνεται

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Αν δεν έχετε ποτέ δοκιμάσει φρέσκο φυσικό μούσλι χρωστάτε στον εαυτό σας και την οικογένειά σας να δοκιμάσετε την παρακάτω συνταγή.

Η καρδιά του φρέσκου μούσλι είναι η βρώμη που βρέχεται με το γάλα. Μπορείτε να προσθέσετε σταφίδες και σύκα για τη γλυκύτητα που αναδύουν.-Βρώμη: Σύμμαχος στη μείωση της χοληστερόλης

Τι καλύτερος τρόπος να ξεκινήσετε την ημέρα σας.

5 μερίδες για το πενθήμερο, για δύο άτομα (περισσότερα...)