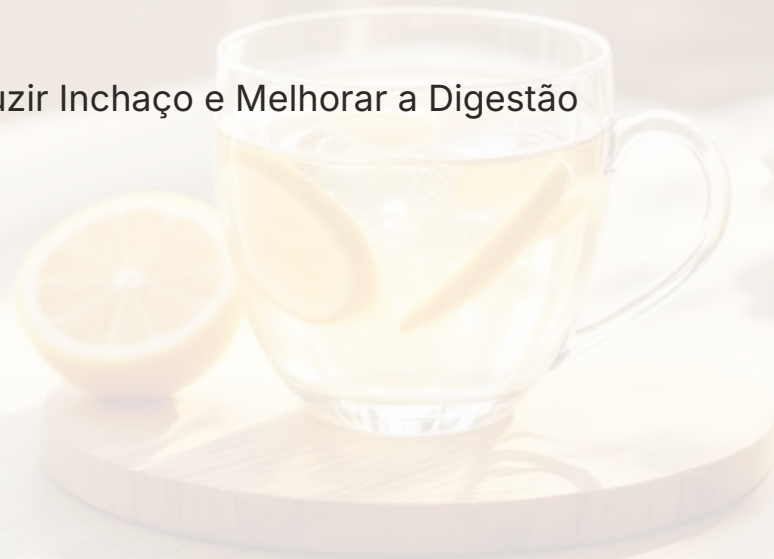


# TRUQUE DA SALMORA

A Bebida Natural que Ajuda a Reduzir Inchaço e Melhorar a Digestão



# Receita



1 copo de água morna



Suco de 1/2 limão



1 colher (chá) de vinagre de maçã

1 pitada de gengibre

1 pitada de cúrcuma

1 pitada de canela (opcional)



# Modo de Preparo

01

**Aqueça levemente a água**

Não ferver — água morna é ideal

03

**Acrescente o vinagre de maçã**

05

**Misture bem**

Até ficar homogêneo

02

**Adicione o suco de limão**

04

**Coloque o gengibre, cúrcuma e canela**

06

**Consumir logo após o preparo**



## Modo de Uso



### Opção 1

**Tomar 1 vez ao dia em jejum**

Pela manhã, antes de qualquer alimento



### Opção 2

**20 a 30 minutos antes das principais refeições**

Para melhor preparo digestivo



# Como Tomar Para Melhor Resultado

1

## Consumir diariamente

Consistência é fundamental para resultados

2

## Usar por no mínimo 2 a 4 semanas

O tempo é necessário para perceber mudanças

3

## Evitar alimentos pesados à noite

Facilita o trabalho digestivo durante o sono

4

## Não adicionar açúcar ou adoçantes artificiais

Manter a pureza natural da bebida

# Pontos Importantes

 **Bebida natural e caseira**

Ingredientes simples e acessíveis

 **Ajuda a reduzir inchaço**


Promove bem-estar digestivo

 **Sem ingredientes artificiais**

100% natural e saudável

## Dica Final

**Prepare sua bebida sempre fresca** e tome no momento ideal para seu dia. A naturalidade dos ingredientes trabalha a seu favor quando consumida com regularidade.

 **Lembre-se:** Este truque funciona melhor quando combinado com hábitos saudáveis e alimentação equilibrada.