



DES PLANTES POUR LE CONFORT DIGESTIF

Ballonnements, sensation
de lourdeur, troubles digestifs.

Et si vous essayiez l'artichaut
ou la réglisse ?



AVANT-APRÈS • AVANT-APRÈS

TÉMOIGNAGE DE HUSSEIN

**Patient du centre
BodySano Paris Lourmel**

Je suis satisfait de l'expérience BodySano. Maintenant je suis bien dans ma tête et bien dans ma peau et je trouve des vêtements qui me vont. Avant, j'étais angoissé, mal dans ma peau et je ne trouvais pas ma taille dans les magasins.

Je mange beaucoup mieux et je suis ouvert aux autres, alors que je n'osais pas parler aux gens.

Avant BodySano, j'avais des problèmes de cœur, je souffrais beaucoup et je n'arrivais pas à marcher. Aujourd'hui tous ces problèmes sont derrière moi.

33,6 kg
merci
BodySano
Paris
Lourmel



AVANT

APRÈS



N'attendez plus et demandez CONSEIL à votre diététicienne BodySano.

DES PLANTES POUR LE CONFORT DIGESTIF SUITE



Les plantes soignent, c'est une évidence. Les principes actifs des plantes sont aujourd'hui reconnus par le ministère de la santé - on parle ici de phytothérapie.

Pour que les bienfaits des plantes soient efficaces, il faut avoir les connaissances nécessaires pour extraire les principes actifs. Chez BodySano, nous avons ces compétences et nous développons des formules

pour résoudre vos problèmes de surpoids, protéger votre système immunitaire et pour améliorer votre confort digestif.

Nous vous proposons nos extraits de végétaux sous forme de tisanes, de gélules et comprimés ou encore d'extraits liquides à boire. Fleurs, plantes et fruits vous livrent à travers leurs racines, feuilles ou bourgeons leurs principes actifs.

LES PLANTES POUR LE VENTRE :

L'ARTICHAUT

régule le flux hépatique et protège le foie des inflammations. Dépuratif. Brûle les graisses abdominales.



LA MÉLISSSE ET LA PASSIFLORE

plantes de « la paix des entrailles ». Améliorent le transit intestinal. Soulagent le ventre.



LA RÉGLISSE

aide à cicatriser les muqueuses et à favoriser une action anti-ulcéreuse. Aide à la digestion.



LA PRÊLE DES CHAMPS

diurétique et anti-inflammatoire. Soulage certains troubles menstruels.



SALADE DE SUPRÊME D'ORANGE ET GRAINES DE GRENADE ACCOMPAGNÉE DE MINI-FINANCIERS AU THÉ VERT

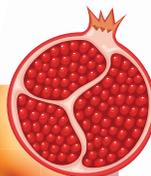
(pour 6 personnes)



Ingrédients : Salade d'oranges

- 8 oranges de table
- 500ml d'eau
- 1 cuillère à café d'épices pour pain d'épice
- 1 cuillère à café de cannelle
- 1 cuillère à soupe de miel

1. Mettre l'eau, le miel, les épices et la cannelle dans une casserole. Porter à feu doux, mélanger et laisser mijoter 2 à 3 minutes pour obtenir un sirop.
2. Pendant ce temps, couper les extrémités de chaque orange. Puis les peler « à vif » à l'aide d'un couteau avant de prélever les suprêmes.
3. Mettre les suprêmes d'orange dans un saladier, puis verser le sirop dessus. Ajouter les graines de grenade selon votre goût.
4. Placer au réfrigérateur et servir bien frais. Servir avec un financier au thé vert.



Ingrédients : Financier

- 125g de poudre d'amande
- 2 cuillères à café d'édulcorant liquide
- 30g de farine
- 50g de purée d'amande complète
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 4 blancs d'œufs
- 2 cuillères à café rases de thé vert

1. Préchauffer le four à 180° thermostat 6.
2. Mélanger la poudre d'amande, la farine et le thé vert.
3. Ajouter ensuite la purée d'amande et l'huile d'olive. Bien mélanger.
4. Monter les blancs en neige avant de les incorporer délicatement à la pâte. Ajouter l'édulcorant. Bien mélanger.
5. Verser dans des petits moules individuels à financier et cuire 15 minutes.

