



[Centrale pub pour tous les sites Internet - Faites connaître votre entreprise, votre commerce!](#) :: Your Favorite Site

Les amandes aident Ã Ã©liminer la graisse abdominale et rÃ©duire le tour de taille

<https://www.tmc.tv/news/les-amandes-aident-a-eliminer-la-graisse-abdominale-et-reduire-8546899-848.html>

Des chercheurs de l'universitÃ© d'Etat de Pennsylvanie aux Etats-Unis ont menÃ© une Ã©tude concernant la consommation d'amandes. Une seule portion quotidienne rÃ©duirait la graisse abdominale. d'aprÃ¨s les conclusions de cette Ã©tude, il semblerait que le simple fait de remplacer un aliment riche en glucides par 42 g d'amandes aiderait Ã Ã©liminer la graisse abdominale et celle sur les jambes.

Des chercheurs de l'universitÃ© d'Etat de Pennsylvanie aux Etats-Unis ont menÃ© une Ã©tude concernant la consommation d'amandes. Une seule portion quotidienne rÃ©duirait la graisse abdominale. d'aprÃ¨s les conclusions de cette Ã©tude, il semblerait que le simple fait de remplacer un aliment riche en glucides par 42 g d'amandes aiderait Ã Ã©liminer la graisse abdominale et celle sur les jambes.

Date created: 05 01 2020