

Huevos duros con salsa Sriracha



Para mejorar la función de la glándula tiroides- la glándula maneja el crecimiento y el metabolismo-no busques más que una baja en calorías, como el huevo duro bajo en grasa. Si te gustan las especias, pon a tu merienda salsa sriracha. Contiene capsaicina, un compuesto que se encuentra en los chiles que ayuda a quemar calorías y grasa, o cualquier salsa que contenga chile.

www.dermosaludcolombia.com

