

# 专业批发奇亚籽，广州批发奇亚籽，一手批发奇亚籽

产品名称	专业批发奇亚籽，广州批发奇亚籽，一手批发奇亚籽
公司名称	广州绿源进口食材有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	广东省广州市番禺区
联系电话	013711760669 13711760669

## 产品详情

批发野米热线：13711760669 潘先生；在线客服qq：3146281721

超重者：

每天3-4次，每次10-15g，餐前将10g（一钢勺）chia seed拌入250毫升的温水中,搅拌.静置30分钟后食用,然后少量用餐。

如果想减肥效果明显，也可以只吃chia seed，不吃主食，如果感觉到饥饿，可以把chia seed加到果汁，燕麦片，面包，布丁等碳水化合物中食用。你还可以吃一些水果，如葡萄，苹果。。。+ chia seed，这样chia seed会吸收水果中的天然糖分保持你的血糖平衡，减慢分解，使你不饥饿了。也可以根据自身情况和生活习惯，改变用量。

便秘患者：

年龄60岁以下的消费者，每天1-2次，每次10-15g用300-500毫升温开水冲泡半个小时后，早餐前空腹食用。

晚餐前，将10g chia seed拌入300毫升的温水中,搅拌.静置30分钟后食用，然后食用晚餐。

年龄60岁以上的消费者，每天2次，每次5-10g，早、晚餐前，用300毫升温开水冲泡半个小时后食用。

糖尿病患者：

每天2次，每次10g，早晨起床空腹，将10g（一钢勺） chia seed拌入250毫升的温水中,搅拌.静置30分钟后食用,半个小时之后吃早餐。

晚上睡觉前，将10g（一钢勺） chia seed拌入250毫升的温水中,搅拌.静置30分钟后食用，食用后入睡。

建议食用方法:

每日10-30克,可以添加在饮料,甜品,汤或烹饪时使用.把约10克的chia seed拌入250毫升的温水中,搅拌.静置30分钟,在饭前或者就餐时食用.

可以根据各人喜好改变用量.本品口感润滑、无特殊味道，可以使用在任何菜肴中，适合于任何人群食用。

奇亚籽降脂套餐

对于经常需要饮酒、应酬较多的白领，点餐的时候，用水泡一勺奇雅子食用，然后再享受美食，可以让您酒量增长，减少酒精对人体的伤害，而且第二天起床，头不晕、胃不疼！基本不影响正常工作！

而且长期食用还能够降低血脂，调节之类代谢，建议您多多尝试！

奇亚籽减肥套餐

每天3-4次，每次10-15g，餐前将10g（一钢勺）chia seed拌入250毫升的温水中,搅拌.静置30分钟后食用,然后少量用餐。

主要是利用奇亚籽来代餐！其本身低热量、营养丰富，可以满足人体一天的营养需求。

具体的减肥效果，依照您的减肥动机的强烈程度而定，如果想尽快减肥，那就无论任何时候，只要您感觉到饿了就可以吃浸泡好的奇亚籽。然后再喝一杯水。

奇亚籽还可以配合酸奶、果汁、沙拉、布丁等果蔬、奶制品一起食用！

### 奇亚籽通便套餐

年龄60岁以下的消费者，每天1-2次，每次10-15g用300-500毫升温开水冲泡半个小时后，早餐前空腹食用。

晚餐前，将10g chia seed拌入300毫升的温水中,搅拌.静置30分钟后食用，然后食用晚餐。

年龄60岁以上的消费者，每天2次，每次5-10g，早、晚餐前，用300毫升温开水冲泡半个小时后食用。

### 奇亚籽基本吃法

每天2次，每次10g，早晨起床空腹，将10g（一钢勺）chia seed拌入250毫升的温水中,搅拌.静置30分钟后食用,半个小时之后吃早餐。

晚上睡觉前，将10g（一钢勺）chia seed拌入250毫升的温水中,搅拌.静置30分钟后食用，食用后入睡。

每天2次，每次10g，早晨起床空腹，将10g（一钢勺）chia seed拌入250毫升的温水中,搅拌.静置30分钟后食用,半个小时之后吃早餐。

晚上睡觉前，将10g（一钢勺） chia seed拌入250毫升的温水中,搅拌.静置30分钟后食用，食用后入睡。

糖尿病患者要配合上每天适当的运动：如散步、慢跑30分钟！

平时饮食要多加注意：定时定量！绿叶蔬菜可以随便吃，含糖量高的水果适当少吃，如：香蕉一次吃半只，如果胃部寒凉的人，就请不要吃香蕉了