

Сегодня новая мода постепенно охватывает слабый пол. А точнее, женщин, которые собираются к купальному сезону привести свою фигуру в норму. Причем купальный сезон может наступить и зимой, где-нибудь в Таиланде. Да, это зеленый кофе, который поможет вам привести фигуру в норму, сбросив несколько килограммов. Зеленый кофе, помимо оригинального и ни с чем несравнимого вкуса, еще и польза для организма.

Продажи экстракта зеленого кофе сегодня бьют все рекорды. От них не отстают кофе в зернах [Lavazza](#). Очень популярны капсулы зеленого кофе, употребляемые внутрь и в форме лосьонов. С помощью последних делают разнообразные обертывания. Если Вы не готовы для употребления свежесваренного напитка, то знатоки говорят начать знакомство именно с экстракта. Это концентрат, который содержит в себе все активные вещества необжаренного кофе. Обжарка способствует увеличению содержания кофеина, приводит к исчезновению аминокислоты и антиоксидантов.

Зеленый кофе можно приготовить и дома. Но специалисты рекомендуют быть аккуратными, поскольку от этого кофе можно не проснуться поутру. Кофеина в зеленом кофе минимальное количество и его можно регулярно употреблять даже беременным женщинам. Для перерыва в течение дня зеленый кофе будет отличным вариантом.

Чтобы приготовить себе кофе, просто смелите его в кофемолке и засыпьте в турку. Ну, если для вас это слишком экзотично, то тогда в кофемашину. Но, если вы настоящий гурман, то пару ложек смолотого кофе заливаете свежей водой и ставите турку на огонь. Потом кофе можно варить вполне традиционным методом, который вы используете и в случае с черным кофе. Вкусовые качества необжаренного зеленого кофе значительно отличаются от привычного вкуса кофе.

В последние годы проводится масса выставок, где эксперты по кофе и чаю собираются на выставке для обмена опытом. Но пока все равно зеленый кофе не настолько популярен в нашей стране. Гораздо большим спросом пользуется кофе в зернах [Paulig](#). Как же приобщиться к таинствам зеленого кофе?

Начнем с того, что зеленый кофе – это фактически полуфабрикат для знакомого всем нам черного кофе. Если смотреть на зеленый кофе с точки зрения науки, то зеленый кофе имеет в себе больше витаминов и антиоксидантов.

В необжаренном зеленом кофе содержится такое вещество, как хлорогеновая кислота. Она есть только в таких сырых зернах, а при обжарке она разрушается. Хлорогеновая кислота – это вещество, способствующее расщеплению жиров и выведению их из организма. По этой причине зеленый кофе и ценится любительницами подправить фигуру. После принятия зеленого кофе утилизация жиров в организме усиливается почти на пятьдесят процентов. Здесь стоит отметить, что черный кофе увеличивает утилизацию жиров только на 14%. Но зеленый кофе – это не панацея. В процессе похудения вы должны соблюдать общую диету и заниматься спортом. В этом случае результат будет просто потрясающим.

По цене зеленый кофе значительно дороже обычного. Правда, экономического обоснования этому нет и объяснить это можно только ажиотажным спросом. Сейчас зеленый кофе есть не во всех магазинах, но без проблем заказать его можно в Интернете. Зеленый кофе увеличивает тонус и активность мозга и содержит минимальное количество кофеина.