

Остановись, мгновение!?

Остановись, мгновение!? Чашечка капучино☕, кусочек

Чашечка капучино☕, кусочек шоколадного торта?, скетчбук и пять минут тишины. Что еще нужно для счастья??

Разве что специи @sonnentor корица молотая Цейлонская.

Вы знали, что цейлонская корица обладает множеством полезных свойств.

?В первую очередь, она улучшает настроение за счёт марганца, содержащегося в ней.

?Во-вторых, способствует пищеварению. Ее можно добавлять не только в десерты, но и в основные блюда.

?Помогает сохранять стройность, улучшает метаболизм.

?Улучшает память, усиливает концентрацию внимания и помогает справиться с головными болями.

?Освежает дыхание и укрепляет десны за счёт своих природных антибактериальных свойств.

Видите, сколько полезного?! Но обратите внимание, что это относится только к корице цейлонской? (Cinnamomum Verum), а не к кассии (Cassia), ее более дешевому заменителю.

А вы как используете корицу? Делитесь рецептами!?