

นมอัลมอนต์ ไอเท็มจากธรรมชาติช่วย รีเฟรช

ร่างกายสดชื่นรับหน้าร้อน



คุณเคยมีอาการเหล่านี้ไหม ? อ่อนเพลีย เหนื่อยง่าย ง่วงเหงาหาวนอน เวียนศีรษะ

พอลมหนาวที่เรียกได้ว่าพัดแผ่ว ๆ ผ่านไป อากาศร้อนก็แทบจะเข้ามาแทนที่ในทันทีตั้งแต่ยังไม่ทันเริ่มต้นเดือน กุมภาพันธ์ ทำเอาร่างกายปรับสภาพกันแทบไม่ทัน และด้วยความร้อนอบอ้าว ทำให้หลายคนเกิดอาการอ่อนเพลีย เหนื่อยง่าย ง่วงเหงาหาวนอน เวียนศีรษะ ซึ่งอาการเหล่านี้ไม่ได้เกิดเฉพาะคนที่ทำงานกลางแจ้งเท่านั้น คนทำงานในร่มก็อาจจะมีอาการเหล่านี้ได้เช่นเดียวกัน

วันนี้จึงขอแนะนำ นมอัลมอนต์ไอเท็มเด็ด ที่ช่วยคุณรีเฟรชร่างกายให้สดชื่นรับฤดูร้อนที่กำลังจะมาถึง แบบไม่ต้องกังวลกับน้ำหนัก หรือ น้ำตาล เหมือนกับการบริโภคเครื่องดื่มบางชนิด

เพราะเมื่อพลิกข้างกล่องจะพบว่า นมอัลมอนต์ มีสารอาหารที่เป็นประโยชน์มากมาย อาทิ วิตามินเอ วิตามินบี 1, บี 6 และ บี 12 ที่ช่วยเสริมสร้างระบบประสาทให้แข็งแรง บำรุงสมอง ลดความเครียด เพิ่มภูมิคุ้มกันให้ร่างกายให้แข็งแรง ไม่อ่อนเพลียง่าย ให้พลังงานและแคลเซียมสูงแบบคนดื่มไม่ต้องกลัวอ้วนด้วย แคมดูลแลคทีฟพรอดด้วยวิตามินอี ที่ช่วยลดเลือนริ้วรอย, รอยไหม้จากแดดและยังเป็นไขมันดีที่เข้าไปให้ความชุ่มชื้นแก่ผิว ทำให้ผิวดูเปล่งปลั่งดูสุขภาพดี

ซึ่งตอนนี้การดื่มนมอัลมอนต์เป็นเรื่องง่ายมาก หาซื้อได้ตามร้านสะดวกซื้อและซูเปอร์มาร์เก็ตชั้นนำทั่วไป ไม่ต้องซื้อถัวมาคั้นเองให้เหนื่อยให้ยุ่งยาก

เคล็ดลับการดื่มนมอัลมอนต์ให้อร่อยนั้น ควรเลือกผลิตภัณฑ์นมอัลมอนต์ ที่คั้นสดจากถั่วเต็มเมล็ด เพราะจะทำให้ร่างกายได้รับสารอาหารที่มีประโยชน์อย่างเต็มที่ รวมถึงให้รสสัมผัส ที่เข้มข้น ที่จะช่วยให้คุณได้อิ่มอร่อยอย่างมีความสุขภาพดี นอกจากการดื่มนมอัลมอนต์แบบแช่เย็นเพื่อความสดชื่นแล้ว ยังสามารถนำมาสรรค์เป็นเมนูใหม่ ๆ ปั่นรวมกับผลไม้หรือโยเกิร์ต ตามความชอบของแต่ละคนได้อีกด้วยร้อนนี้ อย่าลืมซื้อนมอัลมอนต์มาติดบ้านกันไว้ นะคะ