

เจสซี่ เดอะเพช โซว์เสน่ห์ปลายจวักช่วยเซฟซุมพล

ทำเมนูของหวาน พร้อมเผยเคล็ดลับดูแลหุ่นปังรับ

ซัมเมอร์



นางแบบสาว เจสซี่ เดอะเพช หรือ เจสซี่-กิระนา จัสมิน ซูว์เทอร์ นางแบบและนักแสดงสาวสุดฮอตจากรายการ เดอะเพชไทยแลนด์ ที่ล่าสุดขอโซว์เสน่ห์ปลายจวักรับหน้าที่เป็นผู้ช่วยเซฟให้กับ เซฟซุมพล แจ็งไพร เซฟกระทะเหล็กชื่อดัง กับการทำเมนูของหวาน “ขนมหม้อแกงเสวยกับไอศกรีมนมอัลมอนด์บริษัทผสมงาดำราดซอสทับทิม” ในงานรับประทานอาหารค่ำสุดพิเศษ “อไลฟ์อินอัลมอนด์แลนด์ (Alive in Almond Land)” ของทางบลูโดมอนด์ อัลมอนด์ บริษัท ร้านอาหาร วิวาเรียมบายเซฟมินิสตรี

เรียกได้ว่างานนี้ทำให้ได้เห็น เจสซี่ เดอะเพช ในลุคผู้ช่วยเซฟสาวแสนสวย พร้อมยังแชร์เคล็ดลับการดูแลสุขภาพไว้ว่า “วิธีง่ายๆ สำหรับเจสซี่ที่ทำให้ผิวสุขภาพดีอยู่เสมอ นั่นก็คือการออกกำลังกาย เจสซี่ชอบปั่นจักรยาน และเวทเทรนนิ่งค่ะ เป็นกีฬาที่ทำให้ได้สุขภาพดีและขับเหงื่อได้ดีทีเดียว นอกจากนี้เจสซี่ยังใส่ใจในเรื่องของการรับประทานอาหาร โดยเฉพาะยิ่งเจสซี่เป็น Lactose Intolerance หรือภาวะการย่อยแลคโตสที่ผิดปกติ ทำให้ไม่สามารถดื่มนมวัวได้ จึงต้องพิถีพิถันในการเลือกทานนมเป็นพิเศษ จึงเริ่มหันมาทานนมถั่วเหลือง แต่นมถั่วเหลืองก็ดันมีแคลอรีสูง สุดท้ายก็มาเจอนมอัลมอนด์นี่แหละค่ะ ที่ตอบโจทย์มากที่สุด โดยเฉพาะสูตรไม่เติมน้ำตาล ชอบมากเลยเพราะทำให้ได้รสสัมผัสของอัลมอนด์แท้ๆ แถมยังให้แคลอรีเพียง 25 แคลอรีเท่านั้น เป็นตัวช่วยสำหรับการควบคุมน้ำหนักได้อีกทางเลือกหนึ่ง”