



Каких только диет не существует в мире. Желающие обрести стройность переходят на экзотические фрукты, морепродукты, исключают белки, жиры или углеводы из рациона питания или вовсе переходят на воду. Но, оказывается, есть более приятный способ похудеть.

Мэт Макклеллан, владелец пиццерии, доказал, что **пицца** может считаться диетической пищей и если питаться исключительно этим блюдом, то можно похудеть.

В течение месяца повар питался только пиццей и при этом избавился от 10 лишних килограммов. Кроме того, у него нормализовалось давление, снизился уровень холестерина, и увеличилась мышечная масса.

Макклеллан отдавал предпочтение низкокалорийным вариантам пиццы: с фруктами, овощами, курицей или грибами. При этом его ежедневная доза калорий составляла 2500 единиц.

Нужно отметить, что Мэт также все это время регулярно посещал спортзал: **по 1 часу занимался 5 раз в неделю.**

Самая вкусная и необычная диета в мире

Автор: Administrator
25.06.2013 20:52 -

За процессом похудения владельца пиццерии наблюдали два специалиста, которые подтвердили результат Мэта, а также то, что пицца является **здоровой пищей**.