

Coffee & butter, which make you bulletproof

Animal oils have extremely strong force. When you are exhausted; or haven't slept or eaten for a couple of days; or you even need to go on stage, but feel weak – the force of the butter will revive you.

“BULLETPROOF COFFEE” is a brand new trend in biohacking. They say it's a magic powerful potion. While travelling through Tibet, Dave Asprey, the creator of the recipe, found out about Tibetan “bulletproof tea”. Tibetans have been drinking this for hundreds of years – a national beverage made of tea, yaks' milk butter and salt. They say, it heats, boosts energy and returns concentration.

Coffee & Butter – in fact, that is what bulletproof coffee is.

Dave Asprey was inspired by the Ketogenic diet, which is based on generating energy from FATS instead of CARBS. Over the past 15 years he has lost 100 pounds overweight, boosted IQ in the range of 20 points, has used to sleep less, but feel better, and has reduced his biological age.

If you use “right” fats in the “right” way, this'll give you energy, make you smarter and help to reduce weight. Nowadays this Ketogenic diet and sort of “ketogenic coffee” are extremely popular in the USA and Europe. If you need an emergency charge of energy, you can just get a drink and then shoot up into the sky like a rocket.

THE RECIPE OF BULLETPROOF COFFEE:

- A portion of filter coffee
- 2 ounces of the HIGH-QUALITY and NATURAL butter or Ghee.

Just dissolve the butter into hot coffee and enjoy. It will taste like creamy latte or frappuccino.

It will be a wonderful morning for you! Fats will feed you, refresh your mind and cheer you up. Just try and you won't be able to forget this great effect.

Масло в кофе — и вы сверхчеловек

Натуральные животные жиры — сила! Вы не ели и не спали три дня? Вы истощены, а надо работать? Вы прошли 30 километров пешком и не можете шевелиться? Выпейте кофе с маслом!.. сейчас объясним.

Именно жиры способны мгновенно и надолго насытить, быстро прояснить ум и заставить “прийти в себя”. На этом основана знаменитая кето-диета и почти такой же знаменитый напиток “пуленепробиваемый кофе” (bulletproof coffee).

...Еле передвигаясь на дрожащих ногах, где-то высоко в горах Тибета, при температуре -10, с трудом вернувшись в гостиницу, Дэйв Эспри попробовал национальный

тибетский напиток — “пуленепробиваемый чай”. И вернулся к жизни после первого глотка.

“Пуленепробиваемый чай” — это чайные листья, масло из молока яка и соль. Тибетцы обожают этот напиток за то, как он греет, насыщает и придает сил.

Видоизменив этот рецепт, Дэйв Эспри придумал “пуленепробиваемый кофе” и заразил им пол-Европы и США. Классический рецепт напитка:

- Фильтр-кофе — чем качественнее, тем лучше;
- 60 грамм сливочного масла или масла гхи — чем качественнее, тем лучше!

Растворяем масло в кофе и наслаждаемся. Если целых 60 грамм масла вас пугает, начинайте с порций поменьше и по желанию увеличивайте. Поверьте: если масло действительно качественное и натуральное, оно приносит неоценимую пользу. Такой кофе получается нежным и сливочным, похожим на латте или фраппучино.

Утро, в которое вы осмелитесь попробовать этот непривычный напиток, окажется на удивление ярким, бодрым и радостным — обещаем ;)