

¡ TUVE UN ACCIDENTE Y ME DESBARATÉ! ...

Gracias x este vídeo, no imaginan lo que hizo en mí el cloruro de magnesio, tuve un accidente y me desbaraté, no acepte la cirugía ni la fisioterapia xq los dolores muy intensos, encontré bajo mi puerta una hoja con información y testimonios acerca del cloruro de magnesio y en mi desesperación fui a la farmacia y aunque allí daba la dosis indicada yo bebía el doble creí que era mi fe pero los dólares empezaron a ceder, total compre 3 botellitas y fue como un milagro pude realizar mis terapias sin dolor , muy pronto fui recuperando la flexibilidad en articulaciones, gracias a Dios estoy en 97% de mi recuperación. Gracias xq a alguien le servirá la información.

ATTE

BLANCA MOLINA

SI QUIERES SAVER MÁS SOBRE EL CLORURO DE MAGNESIO, TE DEJAMOS EL VIDEO.

¡ BUSQUÉ REMEDIOS NATURALES Y

LOS ENCONTRÉ A USTEDES! GRACIAS

Hola

He padecido de gastritis, esofagitis y una pequeña hernia hiatal desde el 2019.

Tal vez ya estaba allí desde hace tiempo pero siempre lo manejaba con medicina de la farmacia hasta que se manifestó de manera incontrolable.

A eso hay que añadirle una hipoglicemia muy desagradable porque para comer hay que tener muchísimo cuidado con lo que se consume para no afectar el estómago.

Ni la gastritis ni los niveles de azúcar.

Así que muy pocos productos puedo ingerir y tengo que vigilar para no afectar mi sistema.

Dejé el azúcar por completo en todas sus presentaciones.

Carbohidratos muy medidos, 35 a 45 gramos al día.

Fueron dos años de batallar. Cambié mi alimentación completamente y logré bajar la inflamación del estómago y controlar la hipoglicemia.

Hace unos 3 días me dio un dolor en la boca del estómago muy desagradable.

Ya hacía unos días había tenido un pequeño síntoma al que no le puse atención.

En fin, busqué en YouTube remedios naturales y los encontré a ustedes.

Me hice inicialmente el jugo de papaya y de manzana verde sin azúcar pues era lo que tenía a mano y ayer compré la linaza.

Lo volví hacer en la tarde y al cabo de 30 minutos los síntomas y mala sensación en el estómago desaparecieron.

Hoy en la mañana antes del desayuno lo he vuelto hacer y se siente tan bien en el estómago.

El próximo jugo hoy en la noche será de zanahoria con aloe vera.

Ya les contaré cómo me va.

Gracias por sus conocimientos.

Esto ha sido espectacular para mi estómago.

Gracias.

ATTE

MARGARITA MARTÍ

Cuéntanos tu Testimonio y envía a cocinaveganfacil@

[@juliapietra5980](https://www.instagram.com/juliapietra5980)

Estupendo los jugos de fruta bomba y manzana con linaza

y el de zanahoria con aloe Vera para la gastritis que nuestro Dios Jehová nuestro señor Jesús los bendigan

@marthalandazabal7465

Gracias por esas recetas Dios les continúe bendiciendo con más sabiduría.

@duberlychumaceroflores1694

Soy un paciente que tengo helicobacter tengo gastritis bien fuerte me trate con antibióticos pero me empeoro mas pero ahora estoy consumiendo productos naturales vivo en el Perú departamento Piura. Gracias Dios le bendiga

@isabelyambay1666

La de sábila y la de zanahoria es muy buena mi hija se sano con ese jugo ya k ningún remedio le quitaba el dolor de la gastritis.

**RECOMIENDO AL 100% LA
PROTEÍNA EN POLVO**

Hola

Soy de Rosario, Argentina.

Hace más de 1 año encontré esta receta, no solo la

hice, si no que además, se la pasé a mi hija y su marido que hacen deporte y también a amigos y familiares.

Me resultó bárbara, cambió mi piel, mi pelo creció muchísimo, mi ánimo y mis actitud también.

Me dio más resistencia física.

Para mí, la mejor receta que hay. RECOMIENDO AL 100%

Muchas gracias por compartirla.

¡Saludos!

ATTE

MARIEL GUZMÁN

Cuéntanos tu Testimonio y envía a cocinaveganfacil@

@beatrizchavira6687

Les agradezco esta receta desde mi corazón. Mi hermano enfermó y perdió músculo y por lo tanto movilidad, tomó diariamente esta proteína, más sus ejercicios y hoy mi hermano comenzó a caminar, recuperó músculo. Dios les pague el servicio que nos han dado.

@karinruedacooseman8202

Buenas tardes. Me encantó esta receta de proteína. La prepararé cuanto antes Muchas gracias. Bendiciones!

@gladyscruz4130

Muy buena esa receta de proteínas. he aprendido bastante de lo bueno q son para nuestra salud. Gracias de Panamá .

@marcelaagosvera2724

Han Sido tan, tan maravillosos todos sus consejos y recetas. Yo voy para vegan y ustedes me han reforzado mi alimentación. Los amo.☺☺

TUVE CÁNCER DE ESÓFAGO...

Gracias por compartirnos este video, Dios le bendiga.

Yo consumo soya y le doy a mis nietos y no nos ha caído mal. Es bueno para el estreñimiento entre otras cosas.

Yo tuve cáncer de esófago y bebía mucha leche de soya, hacía tortas de soyas, el café de soya me fue muy bien.

Cuando estuve enferma, dejé la comida tradicional por alimentos vegetarianos y me hice el tratamiento de solo cosas naturistas y vegetales, frutas, ensaladas y simples jugos en extractor.

Cero azúcares y para la gloria de Dios me sané del cáncer.

La soya es de mucha ayuda, nunca nos ha caído mal, es un buen alimento. A mí me cayó muy bien.

Saludos desde Colombia ☺♥☺☺☺

ATTE

ALEIDA VERA

Cuéntanos tu Testimonio y envía a cocinaveganfacil@

@anabertha1466

Me encanta cualquier tipo de soya, la empecé a consumir desde hace 45 años. Pero ahora que mi hija de 22 años se hizo vegana, me he metido de lleno a ver sus recetas. Bendiciones

@silviamorales4192

Hola familia vegana, mi suegra lleva poco más de cuarenta años consumiendo soya y de ser vegana y está en perfecto estado de salud, por si eso les dice algo. Saludos!!!

@

Qué completo se ha vuelto este canal. Recetas increíbles, información comprobada y estilo de vida. Felicidades y muchas gracias

@CultivaConciencia

Tengo 20 años de ser vegana, consumo la soya diario en leche y una vez a la semana en soya texturizada, tengo 44 años y no tengo enfermedad física. Estoy muy feliz con esta decisión que tomé hace 20 años, es la mejor decisión de toda mi vida.

**¡ ESTOY FASCINADA CON SUS
PROPUESTAS !**

Les reitero mi felicitación por tan excelente canal. Cuidan cada detalle en el vídeo, las recetas están perfectamente explicadas, sus utensilios de cocina impecables. Son muy profesionales. Hoy he estado viendo sus vídeos, hace seis meses mi esposo y yo hemos cambiado nuestra alimentación y estoy fascinada con sus propuestas! Mil gracias por su generosidad, que Dios los bendiga y un saludo al camarógrafo, es un absoluto encanto!!!

ATTE

MILENA MOLANO

Cuéntanos tu Testimonio y envía a cocinaveganfacil@

**SI QUIERES VER EL TESTIMONIO DE DEYANIRA, TE INVITAMOS A VER
ESTE VIDEO.**

VER VIDEO

@aleon5860

Soy Nueva Viendo Su Canal y Siempre me Rio Cuando Su hijo Prueba Lo que hace., 

@claraforero3392

Felicidades, llevan muy bien su programa y las recetas son exquisitas.

@margaritaespitia9013

Super delicioso gracias Sra Bonita por compartir sus conocimientos besos y abrazos desde Guanajuato México.

@rocioguerra3700

Hola Saludos desde Calxico Ca. Muchas gracias por sus Saludos pero que delicia de receta claro que la haré a mis 2 hijos y esposo nos gusta comer sano muchas gracias 

**¡SE AGRADECE TENER PERSONAS
COMO USTEDES!**

Se agradece tener personas como ustedes, siendo voceros de un mensaje tan importante.

Muchas gracias, familia vegana, por difundir información fidedigna sobre el veganismo y sus beneficios.

Yo soy vegana desde hace muchos años, previo a esto era vegetariana y, por desinformación, creía que ser vegana era imposible, pues pensaba que era más caro que la alimentación vegetariana.

Estaba muy equivocada y pude comprobarlo de primera mano, mi bolsillo se vio muy beneficiado.

Además, mi salud mejoró muchísimo, no me he resfriado desde hace años, mis exámenes de sangre siempre salen impecables.

También tengo la experiencia de uno de mis hermanos, quien también es vegano y cuando se hizo el último chequeo médico, su doctor estaba impresionado con lo limpio que estaba su hígado, pues es común que a la edad de 35, las personas presenten hígado graso.

Estos son solo algunos de los testimonios sobre los beneficios del veganismo, pero creo que la mejor forma de que otros decidan unirse, es que lo intenten, que de seguro van a poder comprobar por propia experiencia que el veganismo no son solo palabras al aire.

Así que por todos esos animalitos, por la tierra, por salud, por los demás, es una muy buena idea el adherirse al veganismo
♥☐☐

ATTE

BÁRBARA STARKE

Cuéntanos tu Testimonio y envía a cocinaveganfacil@

SI QUIERES VER EL TESTIMONIO DE DEYANIRA, TE INVITAMOS A VER ESTE VIDEO.

VER VIDEO

Silvia Ahumada

Yo tenía más de 30 años con el problema de intestinos inflamados pare de comer carne y se solucionó el problema

Patricia Méndez

A mi después de un mes de alimentación vegana se le limpió la piel de dermatitis atópica...

Isabel Taiña

Me gusta su programa cocina Vega fácil. Gracias por sus clases. Sus vidas son un testimonio vivo de la sana alimentación. Estoy con Uds. Saludos desde Tres Zapotes Municipio de Santiago Tuxtla Ver- México.

Lilia Torres

Hola familia bonita, gracias por compartir esta bendición. Soy sobreviviente de cáncer, Dios me ha dado otra oportunidad, ya tengo 10 años libre y no ha sido fácil, estoy en un régimen alimenticio y con mucha oración, sí se puede. Saludos familia.

¡ LA FAMILIA PIENSA QUE NO ES BUENO !

Es increíble la familia... a veces piensa que no es bueno, yo estoy intentando llevar esa vida vegana por salud. Hace poco me diagnosticaron cáncer y se dice que es mejor no consumir nada de origen animal ni azúcar. Como más vegetales, verduras

y granos, pero mi familia no está muy de acuerdo. Yo solo pienso en tener un cuerpo más saludable antes de comenzar con el tratamiento de quimio... por eso trató de instruirme lo más que pueda, pero si me gustaría que me apoyaran más ☐

ATTE

MARI GUERRERO

Cuéntanos tu Testimonio y envía a cocinaveganfacil@

SI QUIERES VER EL TESTIMONIO DE DEYANIRA, TE INVITAMOS A VER ESTE VIDEO.

VER VIDEO

@cocorodriguez6524

No soy vegana estoy en fase vegetariana pero la verdad cambió mi vida ya me estaba enfermado mucho y desde que empecé a comer más sano me recuperé.

@gracielatoloza645

Muy buena información, muchas veces no sabemos cómo entender los análisis. Debo decirte que hace tres meses que soy vegana y llevaba más de doce siendo vegetariana, tenía bajo peso pero recuperé los kilos perdidos, así que todo resulta bien si uno se alimenta bien!

@juliocampos7924

Hola, muchísimas gracias x sus recetas deliciosas. Enfermé gravemente y la única manera d recuperarme era alimentarme más saludable. Me deprimí al saber k tenía k dejar d consumir carnes por no saber cocinar vegano. Gracias a Dios y a Ustedes. estoy mejorando con una nueva manera d alimentación y además deliciosa. Mil

gracias nuevamente y Dios me les Bendiga

@TutorialesConLaabuelaBlue

Hola yo tuve cáncer de mama y quiero cambiar de alimentación, me interesó este tipo de cocina voy a probar ya estoy suscrita

¡SÍ SON RECETAS FÁCILES!

Hola...!

La verdad es que sí que son recetas fáciles y saludables las que nos regalan.

Pero además, escucharles es un bálsamo.

Derrochan simpatía y generosidad.

Una actitud positiva que atrapa y que beneficia de verdad.

Todo un placer verles de forma cotidiana.

De verdad, siento que es un regalo para todos los que les seguimos.

Yo hago muchas de sus recetas o las adapto.

Gracias.

Un abrazo desde la Guadalajara española, no estamos tan lejos con youtube, verdad?

ATTE

MAFALDA

Cuéntanos tu Testimonio y envía a cocinaveganfacil@

SI QUIERES VER EL TESTIMONIO DE DEYANIRA, TE INVITAMOS A VER ESTE VIDEO.

VER VIDEO

@johnnytorres794

En lo personal ya llevo casi dos meses consumiendo esta rica proteína, muchos beneficios mucha energía, práctico la calistenia y me ayuda demasiado en la fuerza, otro gran beneficios es en lo sexual, mi vida sexual dio un giro extraordinario gracia a esta proteína vegetal, también le agregue fenogreco, nuez del Brasil.

@lilibethcalixto512

Me encanta este testimonio porque muchos afirman que la alimentación sin carne animal no sirve "supuestamente" ...te ves bien de salud y bella
...Saludos !!!!

@silvianava3818

Tengo el agradable gusto de conocerles y me dan ánimo a guisar diferente y sanamente y que agradable son mamá e hijo sin un gran testimonio para estos jóvenes de estos tiempos tengo poco de haberme suscrito saludos desde Morelos

@MsBeaFit

Yo fui vegana por 8 años antes de embarazarme. Mi niño ya casi tiene 2 años y ha sido vegano desde el momento que se formo en mi vientre. El lo más bello verlo comer 100% a base de plantas. <3

¡ SOY UNA ADMIRADORA MÁS !

Wow! me fascina el gran equipo que Uds. dos hacen!

Felicidades, ahora soy una admiradora más!

Me hice vegana hace casi dos años.

Me parece super espectacular cada platillo que Uds. hacen, hoy me la he pasado todo el día revisando cada receta.

Gracias por existir y compartir ese maravilloso talento que tienen para cocinar y para comunicar con mucho amor.

Hoy sorprenderé a mi familia con este pastel de papa relleno con verduras, más tarde les comparto mis fotos por aquí o por instagram

ATTE

MARGEORI

Cuéntanos tu Testimonio y envía a cocinaveganfacil@

SI QUIERES VER EL TESTIMONIO DE DEYANIRA, TE INVITAMOS A VER ESTE VIDEO.

VER VIDEO

@johnnytorres794

En lo personal ya llevo casi dos meses consumiendo esta rica proteína, muchos beneficios mucha energía, práctico la calistenia y me ayuda demasiado en la fuerza, otro gran beneficios es en lo sexual, mi vida sexual dio un giro extraordinario gracia a esta

proteína vegetal, también le agregue fenogreco, nuez del Brasil.

@lilibethcalixto512

Me encanta este testimonio porque muchos afirman que la alimentación sin carne animal no sirve "supuestamente" ...te ves bien de salud y bella
...Saludos !!!!

@silvianava3818

Tengo el agradable gusto de conocerles y me dan ánimo a guisar diferente y sanamente y que agradable son mamá e hijo sin un gran testimonio para estos jóvenes de estos tiempos tengo poco de haberme suscrito saludos desde Morelos

@MsBeaFit

Yo fui vegana por 8 años antes de embarazarme. Mi niño ya casi tiene 2 años y ha sido vegano desde el momento que se formo en mi vientre. El lo más bello verlo comer 100% a base de plantas. <3

iQue importante es saber lo que comemos!

Hola familia Vega Fácil

Que importante es saber lo que comemos.

Más que, comer es nutrirse bien.

Miré muchos canales, pero me quedé con ustedes y ya llevo

tiempo siendo vegana, sabiendo con tranquilidad lo que consumo gracias a sus explicaciones sin miedo ni dudas .

Antes no sabía lo que era bueno o malo lo que engordaba o no, porque muchos canales se dicen y contradicen.

Ustedes saben de qué hablan, gracias.

¡Sigan así!

ATTE

SILVANA DE ARGENTINA

Cuéntanos tu Testimonio y envía a cocinaveganfacil@

SI QUIERES VER EL TESTIMONIO DE DEYANIRA, TE INVITAMOS A VER ESTE VIDEO.

VER VIDEO

@abstain3605

Han sido mi salvación, desde que descubrí su canal ya no me quiebro la cabeza en pensar qué hacer de comer, mis hijos estaban hartos de las ensaladas. Todas sus recetas se ven Deliciosas. Soy una vegetariana en proceso para ser vegana y cada vez me convenzo más en este estilo de vida mil gracias

@milenamolano8833

Les reitero mi felicitación por tan excelente canal. Cuidan cada detalle en el vídeo, las recetas están perfectamente explicadas, sus utensilios de cocina impecables. Son muy profesionales. Hoy he estado viendo

sus vídeos, hace seis meses mi esposo y yo hemos cambiado nuestra alimentación y estoy fascinada con sus propuestas! Mil gracias por su generosidad, que Dios los bendiga y un saludo al camarógrafo, es un absoluto encanto!!!

@drgatita

Me encanta este canal, es mi favorito! Las recetas son deliciosas y la adorable señora las explica muy bien y de una manera fácil! Invitando a todos a darle una oportunidad al veganismo. Demostrando que podemos vivir sanos y felices comiendo sin crueldad. Además se siente acogedor y como si estuviéramos ahí con ella, mientras nos enseña jaja muchas gracias y éxito!!

@marthamartinez8688

Eres la mejor, cada vez aprendo más y pongo en práctica tus sabios consejos, sabes mi piel se ve súper bien, se me quitaron los granitos de los brazos y ahora luzco mis blusas de manga corta, mi alimentación basada en plantas me ha ayudado muchísimo gracias por todo.