

● BE CALM

GUÍA DE PREPARACIÓN

Instructivo de Productos

Todo lo que necesitas saber para preparar tus adaptógenos Be Calm, paso a paso.

© 2026 Consultores Autorizados Lifestyle México S.A. de C.V. / Be Calm. Todos los derechos reservados. Este material es de uso exclusivo para Be Calm. Uso no autorizado está estrictamente prohibido.



Prepara tus adaptógenos

01	● AWAKEN	Cafetera italiana y francesa	Pág. 3
02	● EXTRACTOS	Serenity · Flow · Vitality · Boost · GutGlee	Pág. 4

Preparación de AWAKEN

Medio de preparación

Idealmente en cafeteras italianas o francesas

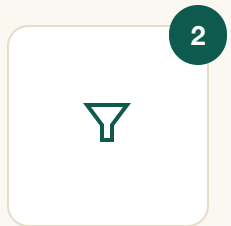
🕒 **Porción de consumo sugerida:**

De 30 a 35 g de producto por cada 250 ml de agua o leche vegetal

Instrucciones para cafeteras italianas



1. Llenar la base con agua/leche vegetal hasta la válvula



2. Colocar el embudo o filtro metálico y añade el café molido



3. Enroskar la cafetera y coloca a fuego medio-bajo hasta que suba el café



4. Sirve y ¡disfruta!

Instrucciones para cafeteras francesas



1. Colocar el café molido de manera uniforme



2. Agregar el agua y colocar la tapa con el filtro de malla metálica



3. Después de 3 o 4 mins. se presiona suavemente el émbolo para separar la borra del café



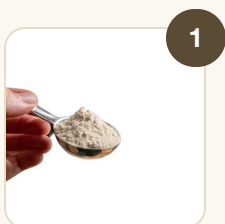
4. Filtrar todo el café para evitar que siga extrayéndose y amargue la extracción. Sirve y ¡disfruta!

Preparación de EXTRACTOS

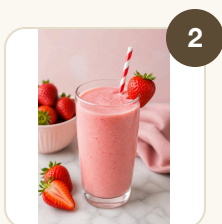
SERENITY • FLOW • VITALITY • BOOST • GUTGLEE

🕒 **Porción de consumo sugerida:**

1 g de producto por cada 250 ml de líquido, agua o leche vegetal



1. Agrega 1 cucharadita (1g) a tu bebida favorita.



2. ¡Disfruta!

Gracias

www.becalm.mx · [@becalm.mx](https://www.instagram.com/becalm.mx) · [/becalm.mx](https://www.facebook.com/becalm.mx)

© 2026 Consultores Autorizados Lifestyle México S.A. de C.V. / Be Calm. Todos los derechos reservados. Este material es de uso exclusivo para Be Calm. Uso no autorizado está estrictamente prohibido.