6.5. Anti-Diät-Tag: Vegane Ernährung macht nicht schlank

Veganismus - das große Ernährungsmärchen

Es klingt wie aus "Tausendundeine Nacht": Es war einmal ein dickerfetter Mann, der mit sich selbst sehr unzufrieden war. Eines Tages dachte er: "So kann das nicht weitergehen!" Also krempelte er sein Leben um, wurde Veganer und die "Märchenprinz-Metamorphose" nahm seinen Lauf: vegane Ernährung machte ihn schlank, muskulös mit sexy Sixpack und natürlich gesund. So kam es, dass viele Menschen seiner Geschichte Glauben schenkten und ebenfalls Veganer wurden. Und wenn sie nicht gestorben sind, dann leben die Veganer-Märchen noch heute - und zwar omnipräsenter als je zuvor. "Daher wird es Zeit, mit den veganen Mythen aufzuräumen", so Ernährungswissenschaftler Uwe Knop, "denn der aktuelle Vegantrend gaukelt den Menschen Heilsbringer-Wirkungen vor, die jeglichen Beweis schuldig bleiben und nur einem Zweck dienen: verkaufen, verkaufen und (für dumm) verkaufen."
Den vollständigen Pressetext mit nachfolgenden Veganer-Mythen finden Sie hier -> http://www.echte-esser.de/tl_files/files/PM_Vegane_Maerchen_29.04.14.pdf
Veganer-Mythos 1: "Vegane Ernährung macht schlank"
.. 2: "Vegan ist gesund"
.. 3: "Vegan ist männlich"
.. 4: "Vegan macht glücklich!"
.. 5: "Veganes Essen schützt die Umwelt"
.. 6: "Vegan macht Sixpack"
Veganer-Maxime: Kaufen, Kaufen, Kaufen!

Uwe Knop
Diplom-Oecotrophologe
Postfach 1206
65742 Eschborn

Telefon: 069 / 1707 1735
E-Mail: presse@echte-esser.de

Website: www.echte-esser.de
facebook: Kulinarische Körperintelligenz
<img src="http://www.pressrelations.de/new/pmcounter.cfm?n_pinr_=563743" width="1" height="1">

Pressekontakt

HUNGER & LUST

65701 Hofheim

presse@echte-esser.de

Firmenkontakt

HUNGER & LUST

65701 Hofheim

presse@echte-esser.de

Autor und Diplom-Ernährungswissenschaftler Uwe Knop analysierte für HUNGER & LUST die vergangenen sechs Jahre Ernährungsforschung (2007 bis 2012) anhand von über 400 Studienergebnissen ? leicht verständlich zu lesen, auch ohne Fachkenntnisse. Fazit: "Kein gesunder Mensch braucht Ernährungswissenschaft."Essen Sie nur dann, wenn Sie echten Hunger haben, und zwar nur das, worauf Sie Lust verspüren und was Ihnen gut schmeckt.