



Wer gesund isst, stirbt früher: Tatsachen und Trugschlüsse über unser Essen

 **Download**

 **Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Wer gesund isst, stirbt früher: Tatsachen und Trugschlüsse über unser Essen

Udo Pollmer, Monika Niehaus

Wer gesund isst, stirbt früher: Tatsachen und Trugschlüsse über unser Essen Udo Pollmer, Monika Niehaus

Nichtraucherhaushalt, Wer gesund isst, stirbt früher, Tatsachen und Trugschlüsse über unser Essen, Udo Pollmer, Dr. Monika Niehaus, Ausgabe 2008, ISBN 978-3-8354-0312-3, BLV Buchverlag, München, eigene Fotos, keine Eintragungen, Knicke oder Eselsohren, wirkt wie neu, 191 Seiten, Versand im Luftpolsterumschlag

 [Download Wer gesund isst, stirbt früher: Tatsachen und Tru ...pdf](#)

 [Online lesen Wer gesund isst, stirbt früher: Tatsachen und T ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Wer gesund isst, stirbt früher: Tatsachen und Trugschlüsse über unser Essen Udo Pollmer, Monika Niehaus

192 Seiten

Kurzbeschreibung

Objektiv, kritisch, provokant: Antworten auf rund 300 Fragen rund um die Ernährung von A bis Z; unbequeme Wahrheiten, harte Fakten und komplizierte Zusammenhänge – höchst unterhaltsam präsentiert. Ist das gesund? Wenn es um Ernährung geht, ist diese Frage oft schwer zu beantworten. Schier undurchdringlich ist der Dschungel von widersprüchlichen Empfehlungen und Warnungen. Und die Zahl der volkstümlichen Weisheiten ist so groß wie die Unsicherheit der Verbraucher. Licht ins Dunkel bringen Udo Pollmer und Monika Niehaus mit ihrem Buch *Wer gesund isst, stirbt früher*. "Appetithappen, um den Wissenshunger zu stillen, und gepfefferte Antworten auf delikate Ernährungsfragen", versprechen die beiden und räumen auf ebenso fundierte wie unterhaltsame Weise mit diversen Vorurteilen auf. Zum Beispiel damit, dass jeder Erwachsene drei Liter am Tag trinken sollte. Oder dass Fasten den Körper reinigt. Alphabetisch geordnet sind die rund 300 Fragen von unterschiedlichster Tragweite. Manche stillen schlicht die Neugier: "Wie werden Bonbons hergestellt?", manche sind mit Ängsten verbunden: "Wie riskant ist Acrylamid?". Manche betreffen Millionen – zum Beispiel Raucher und Schokoladen-Liebhaber – und andere nur Eingeweihte: "Was ist Quorn?". Immer wiederkehrende Themen betreffen das Abnehmen, Bio-Lebensmittel, künstliche Zusätze oder Genussmittel. Darum kommt auch diese Frage nicht von ungefähr: "Wie viel Wahrheit trägt ein Weinetikett?" Udo Pollmer gilt als Deutschlands renommiertester Ernährungsspezialist und leitet das Europäische Institut für Lebensmittel- und Ernährungswissenschaften. Gemeinsam mit der Biologin und Journalistin Monika Niehaus gelingt es ihm, das herauszuschälen, was wirklich wissenschaftlich erwiesen ist – Angabe der Quellen inklusive. Mit Z wie "Zweifel" endet das Buch, nämlich mit der Empfehlung amerikanischer Wissenschaftler, keiner Empfehlung zu folgen, wenn sie nicht wissenschaftlich fundiert ist. Dieses Buch ist informativ und unterhaltsam, objektiv und provokant. Und: Es geht uns alle an.

Download and Read Online *Wer gesund isst, stirbt früher: Tatsachen und Trugschlüsse über unser Essen* Udo Pollmer, Monika Niehaus #5ZU6RO7N2JD

Lesen Sie Wer gesund isst, stirbt früher: Tatsachen und Trugschlüsse über unser Essen von Udo Pollmer, Monika Niehaus für online ebook Wer gesund isst, stirbt früher: Tatsachen und Trugschlüsse über unser Essen von Udo Pollmer, Monika Niehaus Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Wer gesund isst, stirbt früher: Tatsachen und Trugschlüsse über unser Essen von Udo Pollmer, Monika Niehaus Bücher online zu lesen. Online Wer gesund isst, stirbt früher: Tatsachen und Trugschlüsse über unser Essen von Udo Pollmer, Monika Niehaus ebook PDF herunterladen Wer gesund isst, stirbt früher: Tatsachen und Trugschlüsse über unser Essen von Udo Pollmer, Monika Niehaus Doc Wer gesund isst, stirbt früher: Tatsachen und Trugschlüsse über unser Essen von Udo Pollmer, Monika Niehaus Mobipocket Wer gesund isst, stirbt früher: Tatsachen und Trugschlüsse über unser Essen von Udo Pollmer, Monika Niehaus EPub