

Erledigt

## Leckere gesunde Lebensmittel

Beitrag von „al6042“ vom 15. November 2016, 12:40

Ich lebe seit über 30 Jahren mit meinen 8-10 kg Untergewicht und der erstaunlichen Tatsache, das ich essen kann bis der Magen platzt, aber sich das nie auf mein Gewicht auswirkt... 😊  
Meine Mutter meinte, dass ich das von meinem Vater habe, der dann aber ab 40 einen nicht übersehbaren Bierbauch ansetzte...  
Das ist mir bisher erspart geblieben... 😊

Natürlich ist die richtige Wahl der Zutaten einer Mahlzeit ein wichtiger Faktor, gerade in Bezug auf die bereits angesprochene industrielle Fertigung von Produkten oder deren Aufzucht, egal ob Tiere oder Pflanzen.

Aber ich esse was mir schmeckt und freue mich, dass ich damit noch keine gesundheitlichen Probleme eingefahren habe...

[@yoyo268](#)

Letzte Grippe vor 20 Jahren kann auf die regelmäßige, aber unwissentliche Einnahme von Antibiotika-Cocktails liegen...  
Die einen haben mehr davon, die anderen weniger... 😊