

Diät-Tipps!

Beitrag von „Apfel“ vom 24. Februar 2006 22:37

Also ich muss sagen ich finde strubbel'sses Methode am sinnvollsten. Man kann zusätzlich auch noch den Rat von Experten berücksichtigen wie z.B. die 10 Regeln der DGE zu finden unter <http://www.dge.de>.