

(Zuviel) Zucker, Reglementierung von Lebensmitteln und co

Beitrag von „Conni“ vom 31. Juli 2021 19:01

Zitat von samu

Ich hab nur mal ein 'Steinzeitkochbuch' ausprobiert, ... (Ob die Steinzeitleute auch alle Kokosnüsse am Start hatten?)

Paläo heißt das. Steinzeit kann ja jeder sagen. Die Steinzeitleute hatten halt Hunger, wenn sie nicht genug Beeren, Wurzeln und Blätter zum Essen gefunden haben. Nicht umsonst sind vorwiegend die ins zeugungsfähige Alter gekommen, die die besten Futterverwerter waren.

Hast du schon die Blutgruppendiät durch?