

# Sommerloch

**Beitrag von „Zauberwald“ vom 8. August 2021 22:39**

Zitat von Conn

Dafür gibt es einige Dinge, von denen man erwartet, dass sie vegan sind - und sie sind es nicht. Butter oder Ente z.B.

Ich habe mich mal ein halbes Jahr vegan ernährt. Es war anstrengend, ich hatte noch mehr Heißhunger und noch mehr Unverträglichkeitssymptome als sonst und bin dann wieder zu vegetarisch zurück.

Ich habe eine Schülerin, die mit der Familie zu Hause vegan isst und unterwegs oder bei anderen essen sie vegatarisch, weil es sonst zu kompliziert wird.