

## ► Nachrichten

### Nicht alles glauben



Foto: zVg

Es gibt keinen wissenschaftlichen Beleg, dass irgendeine Ernährungsform oder gar ein

Lebensmittel krank, gesund, schlank oder dick macht, sagt Uwe Knop, Diplom-Ökotrophologe. In seinem E-Book „Esst doch, was ihr wollt!“ (Rowohlt, 1,99 Euro) hinterfragt er kritisch Ernährungsregeln.