

Die Diät-Katastrophe

Es gibt ihn nicht, den einzigen, für alle passenden Weg aus dem Diät-Dschungel. Eine Vielzahl von Diätformen hält einer näheren Überprüfung nicht stand. Dennoch werden den Diäthungrigen stets alte wie auch neue Patentrezepte feilgeboten und als „ideale Diät“ vermarktet. Dabei spielen Querverbindungen zur Industrie mitunter eine unheilvolle Rolle, z. B. das „Kohlenhydrat-Kartell“. – Das sind nur einige Thesen aus diesem neuen Ernährungs-Titel, der auf unterhaltsame Weise einige der größten Flops der Ernährungslehre offenlegt und Wege aus dem „Diät-Dschungel“ aufzeigen will. (RS)

Clifford Opoku-Afari: Die Diät-Katastrophe. Über das Kohlenhydrat-Kartell, süße Machenschaften und Wege aus dem Diätendschungel. 128 Seiten, 24 Abb. 16,90 Euro. Systemed Verlag 2005. ISBN 3-927372-31-5