

Skandal um Pelze!

Beitrag von „dschlei“ vom 20. Juni 2005 um 14:57

Zitat von FrankS

Naja, man kann sich auch vegetarisch ernähren und dabei Gesund bleiben. Als Vegetarier muss man aber etwas besser auf eine ausgewogene Ernährung achten als es ein ‚Allesfresser‘ muss. Wer sich aber – warum auch immer – rein vegetarisch ernähren will, macht sich sowieso mehr Gedanken um seine Ernährung als andere

Gruß,

Frank

Alle Untersuchungen zeigen bisher, dass pure Vegetarier gewisse Mangelerscheinungen in Bezug von einigen Mineralien und anderen Nährstoffen haben. Zum Beispiel haben neugeborenen Babies von Vegetarieren immer Untergewicht und Stoffwechselschwierigkeiten. Daher sollen sich Schwangere nie rein vegetarisch ernähren! Aber auch bei Erwachsenen gibt es gewisse Mangelerscheinungen (zumindest nach Berichten im New England Journal for Medicine).

Das bedeutet natürlich nicht, dass man nicht verantwortungsvoll beim Kauf von tierischen Nahrungsmitteln sein soll.

@ Sandro

Meiner Meinung nach ist das "Massenfleisch" in den USA relativ billig, man kann hier Schweinefilet für etwa \$ 2,85 pro 450 g fast überall kaufen. Siorloinsteaks gehen für etwa \$3.50 pro 450g, und dann hat man meistens relativ gutes Fleisch, halt von der Fleischfabrik!