Ressort: Vermischtes

Vegetarisch, vegan, Hauptsache fleischlos “¦ist das wirklich alles besser?

Vegetarisch, vegan, fleischlos

Nürnberg, 06.01.2018, 21:01 Uhr

GDN - Die Esskultur in Deutschland hat sich in den letzten Jahren geändert. Früher wurde Fleisch als etwas Wertvolles angesehen und der Sonntagsbraten war etwas Besonderes. Heute versuchen viele auch ohne Fleisch auszukommen. Die Gründe hierfür sind vielfältig.

Viele verzichten auf Fleisch, weil sie einfach nur nicht wollen, dass Tiere dafür sterben müssen und vorher unter Umständen auch noch qualvoll gehalten worden sind. Andere, weil sie glauben es sei gesünder und wieder andere gehen noch einen Schritt weiter. Sie verzichten nicht nur auf Fleisch, sondern auch auf sämtliche tierische Produkte wie zum Beispiel Eier und Honig. Aber ist dies wirklich immer gesünder und besser für unseren Körper? Denn der Verzicht auf tierische Produkte bedeutet nicht immer gleich, dass man natürliche Produkte zu sich nimmt.

Denn während früher bei Verzicht auf Fleisch die Alternativen meist aus der Vielfalt von Gemüse und Obst bestand, gibt es heute eine Vielzahl an alternativen Produkten im Kühlregal wie “veganes Fleisch“ oder “vegetarische Wurst“. Und irgendwie muss der Geschmack und die Konsistenz von Fleisch und Wurst ja erzeugt werden, wenn Fleisch kein Bestandteil ist. Je mehr ein fleischloses Produkt aussieht und schmeckt wie Fleisch, umso mehr kann man davon ausgehen, dass hier genauso Geschmacksverstärker und Farbstoffe zum Einsatz kommen wie bei anderen Lebensmitteln.

Und zudem können dem Körper wichtige Nährstoffe fehlen, welche sich nicht immer durch andere Lebensmittel ersetzen lassen und dann in Form von Pillen zugeführt werden müssen.
Für jede Einstellung werden sich Gegner und Befürworter finden. Aber am Ende muss doch jeder selbst wissen, wie man sich ernähren möchte und welchen Preis man gewillt ist dafür zu zahlen.

Bericht online:
https://www.germandailynews.com/bericht-100234/vegetarisch-vegan-hauptsache-fleischlos-ist-das-wirklich-alles-besser.html

Redaktion und Veranwortlichkeit:
V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV: Anja Keller

Haftungsausschluss:
Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich. Anja Keller

Editorial program service of General News Agency:
UPA United Press Agency LTD
483 Green Lanes
UK, London N13NV 4BS
contact (at) unitedpressagency.com
Official Federal Reg. No. 7442619