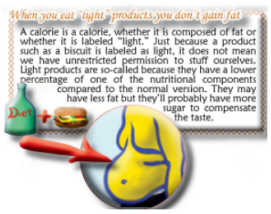
Geschrieben von: Carlos Barbon
Montag, den 17. Juni 2013 um 16:18 Uhr -



„So lange Du Light-Produkte wählst, wirst Du nicht zunehmen“

Eine Kalorie ist eine Kalorie, egal ob sie nun voll Fett ist, oder Light darauf steht. Nur weil auf einem Kuchen „für Diabetiker geeignet“ steht bedeutet es nicht, dass es unser Freibrief für hemmungsloses Schlemmen ist. Light-Produkte verdienen sich die Auszeichnung Light dadurch dass sie z.B. weniger Fett enthalten als die normale Variante – allerdings enthalten sie oftmals viel mehr Zucker um den Geschmack zu verbessern.