





Jetzt esse ich nur noch Pflanzen!

Tagebuch meines Vegan-Experiments

von Andreas Mütsch

Kann man sich wirklich ganz ohne tierische Produkte ernähren? Wie fühlt man sich dabei?

Welche Probleme stellen sich in den Weg? Und wie wirkt sich das alles auf die Gesundheit aus?

Der Autor wagt das Experiment und beschließt, freiwillig einen Monat lang auf alle tierischen Produkte zu verzichten und vegan zu leben.

In diesem Buch begleiten wir ihn auf seinem Weg. Ein Monat voller neuer Eindrücke und Erlebnisse, vorbei an den Regalen der Supermärkte, in denen alles mögliche und unmögliche Tierische lauert, durch Wald und Flur, durch Alltag, Bürostress und Verwandtenbesuch.

Bis am Ende feststeht: Jawohl, es funktioniert und bietet sogar viele Vorteile.

Ein kurzweiliger und sehr persönlicher Einblick in eine Zeit, in der sich mehr als nur die Ernährung verbessert.

ISBN: 978-3738645187