

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 117 (1991)  
**Heft:** 48

**Artikel:** Die Mikrowellen-Minus-Kalorien-Tablette  
**Autor:** Raschle, Iwan / Rapallo [Strebel, Walter]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-620193>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 31.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



*Das Neueste aus dem Gen-Tech-Labor:*

## Die Mikrowellen-Minus-Kalorien-Tablette

VON IWAN RASCHKE

Montagmorgen. Sie stehen auf die Waage und erschrecken. Schon wieder fünf Kilogramm Übergewicht. Dabei haben Sie doch die ganze letzte Woche gefastet. Aber natürlich, das Wochenende: Wein am Samstag, Wein am Sonntag, gutes Essen, reichhaltiger Brunch und ein festliches Mahl zum Abschluss des Wochenendes, Dessert und Likör – Kalorien über Kalorien. Und vor allem keine Aussicht auf Besserung, haben Sie doch für die nächste Woche diverse Freunde und Bekannte zum Essen eingeladen ...

Schluss damit. Nein, nicht mit dem Essen – mit den Kalorien. Vor dem nächsten Dinner essen Sie ganz einfach etwas MMKT-Salat. Oder Sie schieben nach dem reichhaltigen Lunch das MMKT-Dessert in den Mikrowellenherd. M-M-K-T, das steht für Mikrowellen-Minus-Kalorien-Tablette.

Und damit ist eine Tablette gemeint, die – als Vorspeise, Dessert oder ganz einfach als geschmacksneutrale Pille – eine beliebige Anzahl Kalorien verbrennt. Damit Sie nie mehr zunehmen, weil Sie – ohne zu wollen – essen mussten, z. B. aus geschäftlichen Gründen.

Wie auch immer, mit der im Gen-Labor entwickelten MMK-Tablette nehmen Sie ab, egal wieviel Sie auch essen. Sie schälen die Pille sorgfältig aus der Packung (grün: Gemüse oder Salat, rot: Nachspeise), legen sie auf einen mittelgrossen glattflächigen und – befolgen Sie dies unbedingt – runden Teller und schieben diesen in ihr Mikrowellengerät.

Dann wählen Sie die Wärmzeit, die durch 1000 dividiert exakt der zu verbrennenden Kalorienzahl entspricht. Vermuten Sie also, am heutigen Abend 4000 Kalorien einzunehmen, und wollen Sie auch noch

2000 vom gestrigen Saufgelage kompensieren, dann programmieren Sie sechs Minuten Wärmzeit ( $4000 + 2000 = 6000 : 1000 = 6$ ).

Während der Mikrowellenbestrahlung entfaltet nun die MMK-Tablette durch verschiedene chemische Reaktionen ihre Blätter oder Zuckersprösslinge. Diese lassen Sie, ganz nach Ihrem ureigenen Geschmack, abkühlen oder verspeisen sie warm. Bei der Salat-MMKT kann das Warmessen jedoch Übelkeit und Brechreiz verursachen, was bei einem nachfolgenden Dinner nicht in allen Fällen gewünscht wird.

Sicherlich wird Ihnen die MMK-Tablette manches Kilo Übergewicht und auch unzählige Abmagerungskuren ersparen: Mit der MMKT bereitet Ihnen das Essen wieder Freude. Versuchen Sie's. Guten Appetit!