

...Emulgator, Farbstoff [...]

Autor(en): **Wolf, Alexander**

Objektyp: **Illustration**

Zeitschrift: **Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin**

Band (Jahr): **137 (2011)**

Heft 4

PDF erstellt am: **21.06.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Top fünf UNO-Grundsätze

Verbringen Sie mehr Zeit beim Kalorienzählen als beim Kalorienverschlingen? Ist Zucker für Sie des Teufels? Sie kriegen Hämorrhoiden, wenn Sie bloss an eine gut durchgefettete Mahlzeit denken? Biottasaft-Entschlackungswochen sind für Sie Wochen mit erhöhter Nahrungsaufnahme? Vertrauen Sie nicht blind irgendwelchen selbst ernannten Gesundheitsaposteln. Vertrauen Sie auf die Grundsätze zu einer ganzheitlichen Ernährung der UNO-Kommission für Ernährung und Esoterik.

■ **Grundsatz 1:** Alle Produkte, die mit Bezeichnungen wie light, zero, Weight-watcher oder Ähnlichem verziert sind, gehören nicht auf Ihren Speiseplan. Natürlich sollen nun die schon gekauften Light-Produkte nicht einfach entsorgt werden. Nein, sie werden durch bestimmte Tricks zu vollwertigen Lebensmitteln. Lassen Sie etwa in einer Pfanne ein halbes Pfund Speck aus, und ziehen Sie die Light-Produkte vor Verzehr ein-, zweimal durch die Pfanne. Bei flüssigen Produkten gehört immer ein gestrichener Esslöffel Zucker mit dazu. ■ **Grundsatz 2:** Die Genden des Detailhändlers Ihres Vertrauens, die Sie seit geraumer Zeit meiden, um ja keiner zuckerhaltigen Verlockung zu erliegen, gehören ab sofort wieder zur täglichen Marschroute während Ihres Einkaufes. Sie werden überrascht sein ob der Produktvielfalt, die Sie ob Ihrer Gesundesserei verpasst haben. ■ **Grundsatz 3:** In der Vergangenheit versuchten Sie mithilfe auch von medizinischen Mitteln Ihren Verdauungstrakt in Schwung zu halten, um ja keine bösen Nährstoffe in sich mitzutragen. Diese Massnahmen können Sie weiterhin verfolgen, nur mit ein paar Modifikationen, die auf der Hand liegen: Einläufe

werden grundsätzlich falsch angewendet, denn jene sind nicht nur da, um den Darm zu entleeren. Nein, lassen Sie sich an der Würstchenbude an der Ecke einen oralen Einlauf mit den fettigsten und ältesten Pommes machen. Wenn die Pommes genug alt sind, leert das den Darm automatisch, und trotzdem bleibt genug Fett in Ihrem Körper hängen, damit Sie beruhigt durch einen Winterschlaf in der Antarktis kommen würden.

■ **Grundsatz 4:** Alkohol ist nicht Ihr Todfeind. Im Gegenteil, er ist Ihr Freund. All die zufriedenen Gesichter nach vier Gläsern Wein kommen nicht von ungefähr. Mit Weight-watcher-biozero-fett-Joghurtdrinks werden nie solch glückliche Gesichter hervorgerufen. Eine weitere Aufgabe, die der Alkohol übernimmt: Die Leber wird auf eventuell härtere Zeiten vorbereitet. ■ **Grundsatz 5:** Seien Sie etwas toleranter gegenüber der Zeitspanne, in der man angeblich Lebensmittel verzehren muss. Ablaufdaten sind völlig willkürlich auf die Produkte gedruckt und dienen nur als verkaufsförderndes Mittel. Es ist nicht nachvollziehbar, wieso eine Peperoni mit weisslichem, flauschigem Schimmelbefall schlecht sein soll, wohingegen etwa Robben nur solange süss sind, so lange sie weiss und flauschig sind. Grundsätzlich lässt sich Folgendes als Regel festhalten: Verdorben ist ein Nahrungsmittel erst, wenn es Sie anzüglich anmacht. Kleines Beispiel: Sie marinieren gerade einen Pouletschenkel und er fängt an zu flüstern: «Ja, marinier mich, würz mich, ja, du geile Sau, gib mir mehr Senf, mehr!» Tipp: Falls das versaute Lebensmittel vom Schwein stammt, ist dies eine normale Verhaltensweise, und man kann es trotz der Schweinereien verzehren!

PHILIPP FELBER



Wachstumsmarkt

BURKHARD FRITTSCHKE



JOHANNES BORER



ALEXANDER WOLF