

»Nach der Lektüre wird man nur noch frisch kochen wollen. Und wer nicht so reagiert, ist ohnehin schon des Wahnsinns fette Beute.« *Stern*

Farbstoffe, Glutamat & Co.: Nicht immer ist uns bewusst, was alles drin ist in unserer täglichen Nahrung. Und welche Auswirkungen die mangelnde Qualität unseres Essens auf Gesundheit, Wohlbefinden und sogar Intelligenz haben kann. Ernährungsexperte und Bestsellerautor Hans-Ulrich Grimm klärt über Risiken und versteckte Gefahren der schönen neuen Nahrungswelt auf und zeigt, worauf wir als Verbraucher achten sollten.

Ein unverzichtbares Buch für alle, die sich bewusst ernähren wollen.