

Die Milliarden-Lügen der Lebensmittelindustrie | Exilmedic packt aus

<https://www.youtube.com/watch?v=HT0JfS-C1AY>

In diesem Video diskutieren Marc Friedrich und Fabian Kowalik die gesundheitlichen Auswirkungen von Lebensmitteln und die Rolle der Lebensmittelindustrie. Sie kritisieren die Verwendung von verarbeiteten Lebensmitteln, insbesondere von Margarine und Samenölen, und betonen die Bedeutung einer natürlichen Ernährung. Zudem wird die Problematik von Nahrungsergänzungsmitteln und deren Nutzen thematisiert.

Stichpunkte:

- Kritik an der Lebensmittelindustrie und deren verarbeiteten Produkten.
- Die gesundheitlichen Risiken von Margarine und Samenölen werden hervorgehoben.
- Empfehlungen für eine natürliche und unverarbeitete Ernährung.
- Diskussion über die Notwendigkeit von Nahrungsergänzungsmitteln wie Vitamin D und Magnesium.
- Die Bedeutung von persönlicher Verantwortung in der Ernährung wird betont.

Quelle: Marc Friedrich

Einstelldatum: 2025-09-13

Revision #1

Created 14 May 2026 20:37:34 by Admin

Updated 14 May 2026 20:37:34 by Admin