

Wie gesund sind Smart Food, Bio-Fleisch & Vitamintabletten wirklich? | Der Klugscheißer – heute-show

<https://www.youtube.com/watch?v=hr7bO5gDSII>

In diesem Video wird kritisch hinterfragt, wie gesund Smart Food, Bio-Fleisch und Vitamintabletten tatsächlich sind. Es wird aufgezeigt, dass viele gängige Annahmen über diese Produkte irreführend sind und dass sie oft nicht die versprochenen gesundheitlichen Vorteile bieten. Der Beitrag kombiniert humorvolle Elemente mit ernsthaften Informationen über Ernährung und Gesundheit.

Stichpunkte:

- Vitamintabletten haben keinen positiven Effekt auf die Gesundheit.
- Smart Food ersetzt keine gesunde Ernährung und fehlt an wichtigen Nährstoffen.
- Bio-Fleisch ist nicht automatisch gesünder und hat eine schlechtere Klimabilanz.
- Der Genuss und die kulturellen Aspekte des Essens werden durch Flüssignahrung vernachlässigt.
- Kritik an weit verbreiteten Ernährungstrends und deren tatsächlichen Nutzen.

Quelle: ZDF heute-show

Einstelldatum: 2024-11-26

Revision #1

Created 14 May 2026 06:43:23 by Admin

Updated 14 May 2026 06:43:23 by Admin