

VIDEO: Vorteile, Nachteile Rohkost, gängige Fehler, Entgiftung, Vergiftung, Gurus - I

Post by "Alina Nahrungsdschungel" of Nov 5th 2017, 8:49 pm

Hallo liebe Mela,

erst mal danke für das Lob an dem Video.

Weder Haferflocken noch Hülsenfrüchte enthalten viele AGEs. Einfach weil sie idR. unter 180 Grad erhitzt werden und zudem viele antioxidative Inhaltsstoffe enthalten.

LG Alina 😊