
Subject: Studien zu Kakao als Antioxidant
Posted by [Figaro03](#) on Thu, 01 Jun 2006 13:34:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich, dass wir das Thema ja schon hatten,
aber hier sind noch die passenden Studien, nach denen ich gerade gesucht habe.

Kakao wirkt antioxidativer als grüner Tee:

http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve∓db=pubmed&dopt=Abstract&list_uids=14640573&itool=iconabstr&query_hl=2&itool=pubmed_docsum

Hier Dosierungsangaben und der antioxidative Effekt von Schokolade

http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve∓db=pubmed&dopt=Abstract&list_uids=10917932&itool=iconfft&query_hl=2&itool=pubmed_docsum

Heißer Kakao soll noch besser wirken als kalter. Allerdings denke ich, gleicht sich das wohl bei weitem aus, wenn man statt einem Glas heißem Kakao eine halbe Tafel Bitterschokolade ist.
