

---

Subject: Welche Lebensmittel enthalten Beta-Sis?  
Posted by [Herbert](#) on Sun, 19 Nov 2006 20:02:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Nur Kürbiskerne und Sägepalme?

Bei Kürbiskernen müsste man dann schon einiges in sich rein stopfen damit es überhaupt etwas bringt!?

Ich bin jetzt 17 und relativ männlich(sieht ganz nach einem erhöhten Testo bzw. DHT-Spiegel aus)!!!

Da ich noch nicht zu Fin greifen möchte, versuche ich wenigstens durch meine Ernährung ein bisschen zu handeln!!!

---