
Subject: Nicht alle Müsli sind gesund...

Posted by [Figaro03](#) on Sun, 03 Sep 2006 09:30:37 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<http://www.bild.t-online.de/BTO/tipps-trends/gesund-fit/aktuell/2006/08/28/krebsgift-muesli/krebsgift-muesli.html>

Subject: Re: Nicht alle Müsli sind gesund...

Posted by [pilos](#) on Sun, 03 Sep 2006 13:49:12 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Figaro03 schrieb am Son, 03 September 2006 11:30

<http://www.bild.t-online.de/BTO/tipps-trends/gesund-fit/aktuell/2006/08/28/krebsgift-muesli/krebsgift-muesli.html>

gilt auch für nüsse aller art..ist nichts besonderes...die meisten nüsse sind mit pilze befallen..die aflatoxine produzieren...angeblich höchst gefährlich...heute wird ja das zeug besonders kontrolliert...früher beim bauer hat es kein schwein kontrolliert..nicht mal davon gewusst...alt sind sie trotzdem geworden.

Subject: Re: Nicht alle Müsli sind gesund...

Posted by [Alana](#) on Mon, 11 Sep 2006 18:44:49 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

ich mache mir, aufgrund Nahrungsmittelunverträglichkeit,
ein ganz einfaches Müsli:

- 1 kleine Nektarine oder sonstiges Obst,
- 1 - 2 Esslöffel Hirseflocken
- 1 - 2 Esslöffel Maisflakes ohne Zucker (und Glutenfrei)
- 1 Teelöffel Honig
- 3 Esslöffel Sojajoghurt Natur

fertig, schmeckt gut, jedenfalls mir.

Nüsse vertrage ich nicht wegen Migräne und die anderen Müslis sind nicht Glutenfrei bzw.

mit zuviel Zucker.

Viele Grüße
Alana
