

Inhalt

1. Achse des Bösen 11

Die giftige Wahrheit über den Zucker

*Der Mann, der niemals Cola trinkt/
Das trügerische Vertrauen in die Unschädlichkeit des
Süßen/ In der Bibel gibt es keinen Zucker, und auch
nicht im Koran/ Fettleber wie bei Alkoholikern –
durch Schokoriegel und Süßgetränke/ Je mehr Zucker,
desto schlechter das Cholesterin/
Heute würde man den Zucker verbieten*

2. Voll auf Zucker 38

Über die Sucht nach dem Süßen

*Wie der Zucker das Gehirn manipuliert/
Ängstlichkeit und Zähneklappern: Laborratten auf
Zuckerentzug/ Warum Zucker stärker wirkt als
Kokain/ Süßes ohne Maß, sogar noch nachts
am Computer/ Ferrero ist das böse,
böse Wort/ Die giftige Umgebung breitet sich aus/
Jeden Tag Süßes: ein toller Körper, der das aushält*

3. Mach dir Freude auf 62

Das Süße als Basis ganzer Wirtschaftszweige und das seltsame Schweigen über den Zucker

*Sprung aus dem Himmel – im Dienste der Dose /
Red Bull unterstützt auch ein Krankenhaus / Coca-Cola
gibt es in mehr Ländern, als die UNO Mitglieder hat /
Sie fiel einfach tot um – nach zwei Energydrinks /
Unglaublich, aber wahr: Diabetes geheilt nach einer
Woche – ohne Arznei / Augen, Beine, Herz: alles
kaputt / Der Diabetiker ist eine wahre Goldgrube*

4. Kleine Vampire 94

Wie die Kinder auf Süßes programmiert werden

*Gierig nach Zucker, schon vor der Geburt / Auch der nette
Herr Hipp wirft mit Zuckerbomben – schon
morgens zum Frühstück / Schwarze Löcher im Gebiss –
Milupa musste zahlen / Zucker macht zappelig /
Wer Softdrinks liebt, greift häufiger zur Waffe /
Weißes Pulver gegen graue Zellen: wie Zucker nicht nur
Kindern auf den Geist geht*

5. So schmeckt Glück 120
Sklaverei und Kinderarbeit:
die bitteren Seiten des süßen Lebens

*Eine schrecklich nette Familie, und heutzutage
produzieren sie sogar fairen Zucker / Das Höllen-Inferno
in der Zuckermühle / Die Peitsche war die Uhr
der Plantage / Sadismus und Süßes: die Widersprüche
auf den Sklaveninseln / Kinder schufteten für den Zucker
in Coca-Cola: Eigentlich möchte die Firma das nicht /
Ein prächtiger Palast, in dem sich
die Zuckerbarone treffen*

6. Süße Macht 144
Von Krankheit keine Rede:
die Zuckerförderung als Staatsaufgabe

*Deutschland sucht die Zuckerfrucht: Der König
persönlich kümmerte sich um die Rübe / Süße Gaben:
Milliarden für die Zuckerbranche / Sir Francis Drake,
der Pirat der Königin, in den Schlachten um den
Zucker / Der Zuckerbaron rief an, mitten im Meeting des
Präsidenten mit der Praktikantin / Der Entdecker der
Zuckerkrankheit schob alles auf die Biene*

7. Graf Dracula in der Blutbank 171

Wie die Industrielobby die Zuckerpolitik der Weltgemeinschaft beeinflusst

*Lob des Zuckers, von höchster Warte – dabei hatten sie doch
das Gegenteil beschlossen / Merkwürdig, wer da im Hinter-
grund die Fäden zog / Die neuen Epidemien sind auch ein
schönes Geschäft / Nestlé kämpft jetzt
für das Gemeinwohl, und keiner will's glauben /
Sponsoring für die Weltgesundheitsorganisation:
Eigentlich ist das ja verpönt*

8. Im falschen Film 202

Der Fall des Fruchtzuckers: vom Hoffnungsträger zum Bösewicht

*Die Süße aus Früchten: Macht sie alles nur noch
schlimmer? / Rohstoff Holz: die seltsamen Quellen für
den Zuckerersatz / Die Angst vor Früchten war früher
ganz alltäglich / Krankenhausreif durch Kaugummi:
die nicht ganz harmlosen Alternativen zum Zucker /
Expedition zum Kühlschrank: Was war noch mal im
Gurkenglas? / Aber bitte essen Sie weiter Obst!*

9. Urwald auf dem Dach 230
Die Hoffnung der Konzerne:
mit Stevia-Süßstoff aus der Krise

*Die neue Süße aus der Subkultur – endlich legal/
Was der Schweizer Anarchist im Urwald fand / Das süße
Kraut wird erst mal chemisch behandelt / Ist das denn
noch gesund? / Wie die Herren der Supermärkte den
Cola-light-Süßstoff verunglimpften / Geschmack geglättet,
Bitternis maskiert: So natürlich ist das auch
wieder nicht, finden die Behörden*

10. Von Natur aus gut 257
Weniger ist mehr:
die neuen Wege zum süßen Genuss

*Auch der Krebs liebt Zucker / Immer mehr Menschen
wollen immer weniger Zucker / Pilotprojekt im
Schwarzwald: keine Süßigkeiten, keine Karies / Getränke-
politik made in USA: der Krieg gegen die Softdrinks /
Echtes Essen essen / Butter bremst Blutzucker, und auch der
Wein hält ihn in Schach / Was wäre Weihnachten ohne
Plätzchen! / Und dann und wann ein Eis*

11. Literatur 286

12. Register 298