

Inhaltsverzeichnis

Neolithisierung: Der lange Weg zur Landwirtschaft <i>Simone Riehl</i>	1
Pflanzenzucht: Genetische Erosion <i>Kathrin Burger</i>	11
Köstliche Früchte ohne Gentechnik <i>Ferris Jabr</i>	19
Aquakultur: Fischfarmen für eine Milliarde Chinesen <i>Erik Vance</i>	33
Ackerbau und Viehzucht im Hochhaus <i>Kerstin Viering</i>	51
Bienenlarven mit Rhabarberessig <i>Kathrin Burger</i>	67

IX

X Inhaltsverzeichnis

Wie krank macht Zucker? <i>Ulrike Gebhardt</i>	75
Fett und Cholesterin: Die Vollmilch macht's <i>Kathrin Burger</i>	87
Convenience Food: Wie ungesund sind industrielle Lebensmittel wirklich? <i>Kathrin Burger</i>	97
Was soll ich essen, Siri? <i>Kathrin Burger</i>	107
Clean Eating: Ernährungstipps mit Fragezeichen <i>Kathrin Burger</i>	117
Wie gesund ist vegane Kost? <i>Kathrin Burger</i>	125
Milch & Brot – Feinde auf dem Teller? <i>Kathrin Burger</i>	135
Verschlackt und übersäuert: Was von Detox-Diäten und Fasten zu halten ist <i>Kathrin Burger</i>	143
Herzkrankheiten: Helfen uns Vitaminpillen und Co? <i>Kathrin Burger</i>	151
Nahrungsergänzungsmittel: Entzauberte Antioxidanzien <i>Melinda Wenner Moyer</i>	161

	Inhaltsverzeichnis	XI
Der ungesunde Gesund-Essen-Boom <i>Kathrin Burger</i>	173	
Orthorexie: Ist das noch gesund? <i>Katharina Schmitz</i>	181	
Warum nehmen Essstörungen zu? <i>Kathrin Burger</i>	193	
Warum Männer gerne Fleisch essen und Frauen lieber Salat <i>Juliette Irmer</i>	203	
Essverhalten: Ein Tag voller Verlockungen <i>Nanette Ströbele-Benschop</i>	211	
Warum Diäten so häufig scheitern <i>Juliette Irmer</i>	223	
Fasten: Mehr Köpfchen durch Verzicht <i>Ulrike Gebhardt</i>	235	
Übergewicht durch Darmflora <i>Philippe Gérard</i>	247	
Wenn der Bauch das Gehirn krank macht <i>Valérie Daugé, Mathilde Jaglin, Laurent Naudon und Sylvie Rabot</i>	261	
Neuer Forschungsansatz: Nützliche Viren im Darm <i>Yao Wang und Julie K. Pfeiffer</i>	277	