

Genießer essen gesünder | Nachrichten.at - Microsoft Internet Explorer

Adresse: <http://www.nachrichten.at/ratgeber/familie/art124,146280>

Suche: Suchen

Über 400 Prämien warten auf Sie. **OÖNachrichten** Täglich gute Nachrichten

ePaper | Anmelden | A A A

OÖNachrichten [nachrichten.at](http://www.nachrichten.at) Suchen

Startseite Oberösterreich Sport **Ratgeber** Freizeit Abo & Service Anzeigen

Motor Gesundheit Essen & Trinken Horoskop Reisen Lifestyle Beruf & Bildung Digital Haus & Garten Familie Ombudsmann

Ratgeber > Familie vorheriger Artikel | nächster Artikel

Genießer essen gesünder

Beim Essen kommt es nicht auf das Was, sondern vor allem auf das Wie an. „Wer genießt, lebt gesünder“, sagen Experten vom „forum.ernährung“ in Wien.

Herr und Frau Österreicher scheinen auf dem richtigen Weg zu sein: 82 Prozent der vom „forum.ernährung“ befragten Personen outeten sich als Genussmenschen beim Essen. Bei den Lebensmitteln kommt es den Österreichern in erster Linie auf den guten Geschmack an, danach folgen Frische und Appetitlichkeit. Bei der Frage, was Essen zum Genuss macht, standen Zeit haben, etwas nicht Alltägliches essen, die Familienrunde und ein Restaurant-Besuch ganz vorne auf der Liste.

[Bild vergrößern](#)

Wer bewusster isst, hat mehr davon. Bild: colourbox

Artikel

09. April 2009

00:04 Uhr

[Drucken](#)
[Versenden](#)

Artikelbilder

Werbung

Mit den OÖNachrichten BMW gewinnen! **OÖNachrichten** Täglich gute Nachrichten

Bei Viking Direkt bekommen Sie **VIKING DIREKT Online** Marken-Büroartikel

[Ordner & Archivierungssysteme](#)
[Papier & Klebstoffe](#)
[Präsentations- & Planungsbedarf](#)
[Rund um den Schreibtisch](#)
[Schreibgeräte & Zeichenbedarf](#)
[Drucksachen & Stempel](#)
[Computertechnik & Zubehör](#)
[Möbel & Dekoration](#)

Zu den besten Partysperker klicken.

Internet

Start [Passwörter - Mic...](#) [Posteingang - Mi...](#) [Pressespiegel fü...](#) [GDA-Nährwertk...](#) [Genießer essen ...](#) 09:28

Genießer essen gesünder

Beim Essen kommt es nicht auf das Was, sondern vor allem auf das Wie an. „Wer genießt, lebt gesünder“, sagen Experten vom „forum.ernährung“ in Wien. Herr und Frau Österreicher scheinen auf dem richtigen Weg zu sein: 82 Prozent der vom „forum.ernährung“ befragten Personen outeten sich als Genussmenschen beim Essen. Bei den Lebensmitteln kommt es den Österreichern in erster Linie auf den guten Geschmack an, danach folgen Frische und Appetitlichkeit. Bei der Frage, was Essen zum Genuss macht, standen Zeit haben, etwas nicht Alltägliches essen, die Familienrunde und ein Restaurant-Besuch ganz vorne auf der Liste.