

Speiseöle können die Hauptursache für Fettleibigkeit, Krebs, metabolisches Syndrom, Unterernährung, Diabetes, Herzkrankheiten, Schlaganfälle und Demenz sein.

„Pflanzenöle“ seien ein Marketingbetrug gewesen, sagt der Dr. Chris A. Knobbe, USA (Arzt, Autor und Forscher) damit die Öle für Konsumenten gesund klingen. Canola ist nicht einmal eine Pflanze, sondern stammt aus einem giftigen, nicht essbaren Insektizid namens Rapsöl. Über 90 Prozent der verarbeiteten Öle enthalten GVO (in den USA), was die Gesundheit der Verbraucher weiter beeinträchtigt. Hinzu kommen Pestizide, die die Darmflora zerstören.

Die schlimmsten aus der grossen Auswahl an giftigen Ölen sind die PUFA (mehrfach ungesättigte Fettsäureöle), einschliesslich Raps (verdünnter Raps), Mais, Baumwollsaamen, Reiskleie, Sonnenblume, Distel, Traubenkern und natürlich Soja. In den USA ist der Verbrauch an Samenöl in letzter Zeit massiv gestiegen.

Fazit: Eliminieren Sie die Samenöle aus Ihrer Ernährung und Sie beseitigen mehrere Gesundheitsprobleme. Derzeit sind 86 Prozent der in Lebensmitteln zugesetzten Fette Pflanzenöle.

Der Arzt, Autor und Forscher Dr. Chris A. Knobbe erklärt hier seine evidenzbasierte Forschung:

Ihrem Herz zuliebe sollten Sie generell nur wenig Öl, Fett usw. essen. Unsere Klienten halten sich an die Onlineberatung.