Was ist Metabolic?

Der Begriff Metabolic kommt aus dem englischen Sprachraum und bezeichnet die chemische Umwandlung von Lebensmitteln zu vom Körper verwertbaren Nährstoffen: den sogenannten Stoffwechsel. Das myMetabolic-Ernährungsprogramm macht sich das Wissen um den Stoffwechsel zunutze, um durch die Auswahl an Lebensmitteln die natürlichen Vorgänge im Körper zu unterstützen und mittels Regulierung eine gesunde Nährstoffverarbeitung zu fördern. Durch Regulierungen und Veränderungen in der Ernährung können Körpereinlagerungen, beispielsweise Fette, gelöst werden.

In dieser Kategorie möchte ich einige Rezepte sammeln die zu diesem Ernährungsprogramm mir besonders gut gefallen haben.

---

start

Was ist Metabolic?

From:
https://www.ddws.de/ - **d.d.w.s. Ihr Essen und Mehr**

Permanent link:
https://www.ddws.de/metabolic_balance:start?rev=1458225939

Last update: **25.03.2022 18:16**