

FORSCHER FORSCHT

160

bis 300 Stundenkilometer: So schnell bewegen sich die Speicheltröpfchen, die durch das Niesen in die Luft geschleudert werden. Einmal Niesen befördert bis zu 40 000 Tröpfchen durch den Raum. Die Wucht ist riesig. Darin enthaltene Bakterien fliegen je nach Wind bis zu 40 Meter weit.

Life

Dünn trotz Süsse

Im Winter wachsen die Speckrollen. Wer auf Süsses auch jetzt nicht verzichten, Kalorien aber meiden will, hat hier eine kleine Auswahl.

rabea.mueller
@ringier.ch

Wer kennt es nicht: Nach den Festtagen wiegt man einfach mehr. Hier darum ein paar süsse Gegenmittel. Gummibären und Lakritze zum Beispiel haben keine Fette, die sich ansetzen. Honig enthält keinen Kristallzucker und ist sogar gesund. Popcorn besteht fast nur aus Luft. Das gilt auch für Mohrenköpfe; sie haben fast nur in der Schoggihülle Zucker. Tipp: Grosse Mohrenköpfe essen statt kleine. Das reduziert Kalorien. Und dunkle Schoggi macht keine Lust auf mehr. Chili regt sogar den Kreislauf an. •



1 Lakritze Schnecken zum Aufrollen und gut für die Figur, bei Lollipop, für 1.10 Fr. à 100 g.

2 Orangen-Honig ohne Kristallzucker und deshalb kalorienarm, bei feinkost-shop.ch, für 5.90 Fr.

3 Maya Popcorn in verschiedenen Geschmacksrichtungen von salzig bis süss,

4 Mohrenkopf ist am gesündesten mit dunkler Schokolade, bei mohrenkopfdubler.ch/produkte, ab 3 Fr. pro Stück.

5 Lindt Excellence Chili Noir schmeckt süss und schlägt nicht auf die Hüften, bei Coop, für 2.95 Fr.

6 Haribo Goldbären enthalten keine schädlichen Fette, bei LeShop.ch, 500 g für 4.40 Fr.

