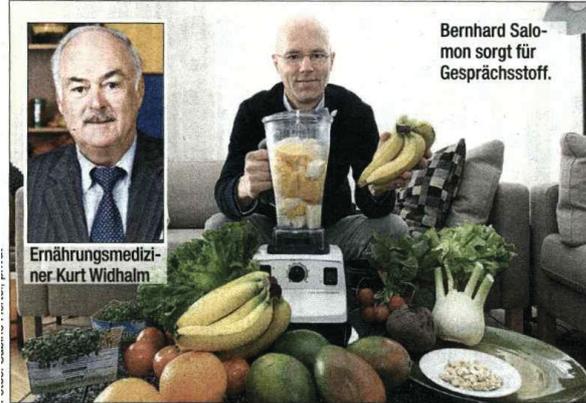


heute (Printausgabe) Seite 11, 19.02.2015



## Brutal-Diät (nur Obst und Gemüse) in aller Munde

Die „Paradies-Diät“ von Verleger Bernhard Salomon (49) sorgt für höllisch viel Gesprächsstoff: In „Heute“ hatte Salomon gezeigt, wie er sich seit einem Jahr ausschließlich von Obst und rohem Gemüse ernährt. Der Tenor der „Heute“-Leser: „Das kann nicht gesund sein, davon bekommt man doch massive Mangelerscheinungen.“

„Stimmt nicht“, beschwichtigt Salomon, „ich habe Werte wie ein Neugeborener und nehme nur Vitamin-B-12-Tabletten.“

Auch Ernährungsmediziner Dr. Kurt Widhalm bricht eine Lanze für die brutale Diät: „Wenn man es unter ärztlicher Aufsicht tut, spricht absolut nichts dagegen. Nur für Kinder würde ich es nicht raten.“ **coi**