



Zuviel vom Vielen ist zu viel – warum Fasten schmecken könnte

Intervallfasten heißt der neue Trend. Mittlerweile gibt es tausende Ratgeber dazu im Buchhandel. Doch Fasten ist mehr als nicht-essen: Es hat Konsequenzen, auf die man sich einlassen muss. Eine Betrachtung zum Aschermittwoch.

weiterlesen bei nac.today

5. März 2019

Text: nac.today

Fotos: [tamayura39 - stock.adobe.com](https://www.adobe.com/stock/tamayura39)

