

Ich bin dann mal vegan

Bettina Hennig

ICH BIN DANN MAL VEGAN

«Eine ganz persönliche
vegane Abenteuerreise.
Unbedingt lesen!»
Attila Hildmann



Pages:	245
Genre:	Nonfiction
Language	German
Author:	Bettina Hennig
Goodreads Rating:	3.67
Published:	October 7th 2014 by Fischer eBooks

[Ich bin dann mal vegan.pdf](#)

[Ich bin dann mal vegan.epub](#)

Endlich Spaß am Trend: Vom Zufall zum entspannten Lebensglück! Vegan leben? Was isst, auf was verzichtet man? Bettina Hennig wagt das Experiment und verbant Fleisch, Fisch, Milch, Eier und Honig aus der Küche, trinkt ihre erste vegane Sojalatte und diskutiert mit ihrem Freund über den Veggieday. Sie geht zu einer Tierdemo, wühlt mit einer Freeganerin im Müll nach verwertbaren Lebensmitteln und lädt zu TV-Abenden mit Filmen wie »Nie wieder Fleisch« ein. Sie enttarnt Ernährungslügen und spricht Wahrheiten aus, die keiner hören will. Sie kontaktiert sogar Bill Clinton, der auch Veganer ist. Und: Sie verliert jeden Tag an Falten und Gewicht und gewinnt an Vitalität.

»Ich bin dann mal vegan« ist das Protokoll eines Experiments, das auf vier Wochen angelegt war und nun ein Leben lang andauern wird. Denn: Bettina Hennig wurde jeden Tag glücklicher und fitter und rettet seither ganz nebenbei auch noch die Welt! »Eine fesselnde und authentische Geschichte über eine Frau, die eine Entscheidung traf, die ihr Leben komplett veränderte. Bettina Hennigs Buch ist lebensnah, unterhaltsam und zeigt ihre ganz persönliche vegane Abenteuerreise.

Unbedingt lesen!« Attila Hildmann