



KNALLDOF

Wunder-Diät

Jetzt haben wir endlich den Beweis dass wir mit unserer Tätigkeit am Wochenende völlig richtig liegen denn alle bekannten Diäten vernachlässigen völlig einen wichtigen Punkt:

Die Temperatur der Speisen und Getränke. Wir alle wissen dass eine Kalorie notwendig ist um 1 g Wasser um 1 Grad C zu erwärmen. Man muss kein Wunderkind sein um zu errechnen, dass der Mensch wenn er ein Glas kaltes Wasser trinkt sagen wir mit 0 Grad ca. 200 Kalorien braucht um es um 1 Grad zu erwärmen. Um es auf Körpertemperatur zu bringen sind also ca. 7400 Kalorien notwendig 200g Wasser mal 37 Grad Temperaturunterschied.

Diese muss unser Körper aufbringen da die Körpertemperatur konstant bleiben muss. Dazu nutzt er die einzige Energiequelle die ihm kurzfristig zur Verfügung steht unser Körperfett. Es muss also Körperfett verbrennen um die Erwärmung zu leisten, die Thermodynamik lässt sich nicht belügen.

Trinkt man also ein großes Glas Bier ca. 400 g mit 0 Grad verliert man ca. 14800 Kalorien. Jetzt muss man natürlich noch die Kalorien des Bieres abziehen ca. 800 Kalorien für 400 g Bier. Unter dem Strich betrachtet verliert man also ungefähr 14000 Kalorien bei einem kalten Glas Bier.

Natürlich ist der Verlust um so größer, je kälter das Bier ist. Ebenso verhält es sich mit kalten Nachspeisen wie Eis zum Beispiel. Bei einer Portion von 200g nehmen wir ca 1000 Kalorien zu uns verlieren aber durch die Erwärmung auf Körpertemperatur 7400 Kalorien. Hinzu kommen dann noch ca 7000 Kalorien zum Schmelzen des Eises, ca. 35 Kalorien pro Gramm.

13400 Kalorien. Da der Anteil der Kalorien im Lebensmittel im Vergleich zu den Kalorien des Wärmeverbrauchs nur sehr gering ist ist es also fast egal was wir essen oder trinken nur kalt muss es sein. Diese Art Kalorien abzubauen ist wie jedem einleuchten mag viel effektiver als zB Fahrradfahren oder Joggen bei denen nur ca. 1000 Kalorien pro Stunde verbrannt werden.

Auch Sex ist mit nur 100 Kalorien pro Orgasmus gegen kaltes Bier sehr ineffektiv.

Abnehmen ist so einfach. Wir müssen alle einfach nur kaltes Bier und Eis in Mengen zu uns nehmen und die Thermodynamik erledigt den Rest. Ein Nachteil dieser Diät bleibt allerdings wenn wir z.B. eine heiße Pizza essen die uns durch ihre Wärmeenergie eine Unmenge an Kalorien zuführt.

Der aufmerksame Leser hat aber bestimmt schon die Lösung parat: man muss die heiße Pizza einfach nur mit genug kaltem Bier und Eis ausgleichen.

Viel Erfolg!

Freude schenken

[Diese Seite an einen Freund Schicken !](#)

[Hauptseite](#) | [Galerie](#) | [Gästebuch](#) | [Letzte Worte](#) | [Horoskop](#) |

[Fussballsprüche](#) | [Weisheit des Tages](#) | [Neuzugänge](#) | [Statistik](#) | [Forum](#) |

[Impressum](#) |

Warning: utime failed: Permission denied in **daily.php3** on line 12