

Zwei Ernährungstrends im Vergleich ...

Paläo vs. vegetarisch

Immer wieder versuche ich neue Informationen zusammenzutragen, die Dich im Umgang mit Deiner Histaminintoleranz unterstützen können. Da wir alle Individuen sind und keiner von uns hundertprozentig dem anderen gleicht, ist es eine Herausforderung, allgemeingültige Aussagen für die individuelle Behandlung von Histaminintoleranz zu treffen.

