



RTS

Titel: Pizza & Co.: Lieferdienste boomen durch Corona
Länge: 59" **Autor/Sprecher:** Andreas Suckel

<Anmoderationsvorschlag:>

Haben Sie in letzter Zeit auch häufiger bestellt? Im Gegensatz zu vielen anderen Branchen boomen sie geradezu durch Corona: die Lieferdienste für Essen wie Pizza & Co. Statt zum Kochlöffel greifen zurzeit viele Familien lieber zum Telefonhörer. Das ist natürlich praktisch und meist auch lecker, allerdings nicht selten auch fett- und kalorienreich. Wie Sie Ihren Bauch hier entlasten können, ein Beitrag von Andreas Suckel:

<Sprecher:>

Essens-Lieferdienste sind zurzeit gefragter denn je. Besonders beliebt sind die Klassiker Pizza, Schnitzel oder Hamburger mit Pommes, dazu die Ernährungswissenschaftlerin Amely Brückner:

<O-Ton Amely Brückner:>

16“

Diese Gerichte können für den Verdauungstrakt eine echte Herausforderung darstellen. Das liegt unter anderem am reichlich enthaltenen Fett und an den vielen Kohlenhydraten. Dadurch bleibt das Essen länger im Magen und es kann zu Blähungen, Bauchschmerzen, Völlegefühl aber auch Sodbrennen kommen.

<Sprecher:>

Gerne bestellt wird auch thailändisches, indisches oder mexikanisches Essen.

<O-Ton Amely Brückner:>

29“

Diese Gerichte sind häufig durch typische Gewürze wie Curry, Chili oder Pfeffer deutlich schärfer gewürzt. Das kann bei empfindlichen Menschen zu Magenschmerzen und Sodbrennen führen. Und meldet sich dann der Bauch, hilft ein pflanzliches Arzneimittel wie zum Beispiel Iberogast. Es kombiniert neun Heilpflanzen und kann funktionelle Magen-Darm-Beschwerden schnell und effektiv lindern.

<Sprecher:>

Und generell gilt: Weniger ist mehr: Ab und zu darf es natürlich auch Burger oder Pizza sein.



RTS

Autor: Andreas Suckel
Sprecher: Andreas Suckel
Länge: 59“

Sendebestätigung

Pizza & Co.: Lieferdienste boomen durch Corona

Mitschnitte und Sendebestätigung bequem hochladen unter:
www.radio-themenservice.de

oder diese Seite ausfüllen und faxen an
02228/931888

Sendung:

Datum:

Moderator/in:

Sendezeit:

Sender:

Ansprechpartner:

E-Mail: