

# Powerkorn statt Crash 07.03.2008

Beigesteuert von Thomas Krause  
Dienstag, 9. Dezember 2008  
Letzte Aktualisierung Freitag, 12. Dezember 2008

Powerkorn statt Crash-Diät

Posted on 07 März 2008

Powerkorn statt Crash-Diät, Uncle Ben's® macht sich stark für gesunde Ernährung.

Die Deutschen sind zu dick und wissen zu wenig über gesunde Ernährung, so die niederschmetternden Ergebnisse der aktuellen nationalen Verzehrstudie der Bundesregierung. Zu den möglichen Folgen von Übergewicht gehören Diabetes, Herz- und Kreislaufprobleme sowie übermäßige Belastungen von Knochen und Gelenken. Der Tag der gesunden Ernährung am 7. März 2008 möchte unter anderem mit Medizinerinnen und Ökotrophologen diesen Krankheiten vorbeugen. Auch Uncle Ben's® engagiert sich im Rahmen der Kampagne "Montag ist Reistag" mit verschiedenen Aktionen für eine gesunde, ausgewogene Ernährung. "Wir wollen Lust auf Reis machen und aufzeigen, wie einfach gesunde Ernährung mit dem wertvollen Powerkorn umzusetzen ist", erklärt Martina Neuffer, Marketing Managerin Uncle Ben's®.

Für die Kampagne "Montag ist Reistag" hat sich der Reisspezialist Unterstützung von Profikoch Thomas Krause geholt. Der Inhaber der Kochschule Hamburg will im Rahmen der Kampagne "Montag ist Reistag" zeigen, "dass Kochen wirklich Spaß macht, ganz einfach sein kann und gerade die Reisküche unglaublich viel zu bieten hat. Besonders am Herzen liegen mir all die kleinen Köche. Mit meiner Arbeit will ich ihnen beweisen, wie leicht kochen sein kann. Vor allem aber möchte ich die Kids begeistern, damit auch sie öfter einmal selbst den Kochlöffel in die Hand nehmen", so Thomas Krause. Denn eines steht fest, eine gesunde und ausgewogene Ernährung im Kindes- und Jugendalter ist die beste Prävention vor ernährungsbedingten Erkrankungen.

Des Weiteren entwickelt Thomas Krause für "Montag ist Reistag" viele leckere Rezeptideen, um Reis auf raffinierte Weise in Szene zu setzen. "Das kleine Korn ist unglaublich vielfältig. So passt Reis ideal zu asiatischen oder mediterranen Gerichten und eignet sich perfekt für die vegetarische Küche. Und der Clou: Reis ist ganz einfach zuzubereiten und deshalb gerade für Kochanfänger bestens geeignet", so Krause. Also: Den Montag zum Reistag machen und voller Energie in die Woche starten. Keine Crash-Diät kann langfristige Erfolge verzeichnen, nur eine gesunde Ernährung führt zu besserer Lebensqualität und Leistungsfähigkeit!

Quelle: komm.passion Hamburg