

---

Subject: @2007:Trockenpflaumen

Posted by [mgd81](#) on Thu, 20 Jul 2006 09:01:04 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hi 2007,

möchte in mein regimen auch trockenpflaumen aufnehmen, da sie ja als starke radikalfänger gelten.

hab gesehen, dass du 20g/tag davon verzehrst. hast du irgendeine quelle wie hoch der mindestkonsum sein sollte (reichen 1-2 oder muss man jeden tag ne halbe packung essen?)?

vielen dank schonmal für deine info!!!

vg!

---