

---

Subject: Was esst/trinkt ihr gerade?

Posted by [IchBinAmEnde](#) on Thu, 25 May 2017 18:31:17 GMT

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

---

Lahmacun mit Dönerfleisch

Capri Sonne Multivitamin

### File Attachments

---

1) [Screenshot\\_20170525-203138.png](#), downloaded 312 times



# Tap one image



 **Photo Editor**



Subject: Aw: Was esst/trinkt ihr gerade?

Posted by [makemyhairgreatagain](#) on Fri, 26 May 2017 08:17:59 GMT

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

---

Frühstück ist angesagt Kaffee und Brötchen mit Käse

---

Subject: Aw: Was esst/trinkt ihr gerade?

Posted by [pilos](#) on Fri, 26 May 2017 08:56:21 GMT

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

---

IchBinAmEnde schrieb am Thu, 25 May 2017 21:31Capri Sonne Multivitamin

wozu die überflüssigen 20-33g zucker dazu

---

Subject: Aw: Was esst/trinkt ihr gerade?

Posted by [Knorkell](#) on Fri, 26 May 2017 10:51:16 GMT

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

---

Vermutlich weils ihm schmeckt.

---

Subject: Aw: Was esst/trinkt ihr gerade?

Posted by [hallowelt](#) on Fri, 26 May 2017 11:23:24 GMT

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

---

Selbstgemachten Kuchen. Hier das rezept:

100g Mehl, 50g Mandeln gemahlen und mit ausreichend Haferdrink verquirlt, 15g Kakao, 15g Protein, Leicithin, 2 TL Kokosöl, 10 Süsstofftabletten, Backpulver.

Keine zehn Minuten Zubereitung und ca 30 Minuten Backzeit.

---

Subject: Aw: Was esst/trinkt ihr gerade?

Posted by [OhNoHair](#) on Fri, 26 May 2017 11:40:14 GMT

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

---

Müsli, aus:

Haferflocken

Dinkelflocken

Sonneblumenkerne

Mandeln

---

Walnüsse  
1 Apfel  
1 Nekatarine  
200 ml Hafer-Mandelmilch

Und zum Nachtisch gibt's ein Radieschen

---

---

Subject: Aw: Was esst/trinkt ihr gerade?  
Posted by [IchBinAmEnde](#) on Fri, 26 May 2017 12:25:03 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

OhNoHair schrieb am Fri, 26 May 2017 13:40Müsli, aus:

Haferflocken  
Dinkelflocken  
Sonneblumenkerne  
Mandeln  
Walnüsse  
1 Apfel  
1 Nekatarine  
200 ml Hafer-Mandelmilch

Und zum Nachtisch gibt's ein Radieschen

Da ist wohl jemand im Aufbau

---

---

Subject: Aw: Was esst/trinkt ihr gerade?  
Posted by [IchBinAmEnde](#) on Fri, 26 May 2017 12:26:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hallowelt schrieb am Fri, 26 May 2017 13:23, 10 Süsstofftabletten

Herrlich

---

---

Subject: Aw: Was esst/trinkt ihr gerade?  
Posted by [Jürgen87](#) on Fri, 26 May 2017 14:28:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Aus der Rezeptreihe Leicht & Lecker  
(Passt perfekt für schwülheiße Tage)

500 Gramm Lyoner, 200 Gramm Mayonnaise. Die Zutaten in einer Schüssel verquirlen.

Für den gesunden Extrakick kann man gerne eine (1) Gewürzgurke nehmen und sie in Streifen schneiden.

Als Beilage eignen sich Pommes Frites, oder auch ganz ordinäres Weißbrot.

Das ganze mit einer leckeren Cola Light genießen.

---

---

Subject: Aw: Was esst/trinkt ihr gerade?

Posted by [andal](#) on Fri, 26 May 2017 14:38:22 GMT

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

---

macadamia nüsse zusammen mit buttermilch, schmeckt mir nur in dieser kombi, salz + milchzucker + fett....

lecker

---

---

Subject: Aw: Was esst/trinkt ihr gerade?

Posted by [Sonic Boom](#) on Fri, 26 May 2017 18:53:20 GMT

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

---

Ich bin leidenschaftlicher Energy Drink Konsument.

Was ich auch noch gerne mag ist Veltins + Energy ( heißt bei mir immer Visibubele. Wenn meine Kumpels und ich Filmabend machen, und ich komme ohne mein V+, fragen sie immer: Sonic, wo ist denn dein Visibubele???)

---

---

Subject: Aw: Was esst/trinkt ihr gerade?

Posted by [IchBinAmEnde](#) on Fri, 26 May 2017 19:01:46 GMT

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

---

Sonic Boom schrieb am Fri, 26 May 2017 20:53Ich bin leidenschaftlicher Energy Drink Konsument.

Was ich auch noch gerne mag ist Veltins + Energy ( heißt bei mir immer Visibubele. Wenn meine Kumpels und ich Filmabend machen, und ich komme ohne mein V+, fragen sie immer: Sonic, wo ist denn dein Visibubele???)

Ja ich auch , nur dieser Monster-Drink schmeckt nicht

---

---

Subject: Aw: Was esst/trinkt ihr gerade?

Posted by [OhNoHair](#) on Fri, 26 May 2017 21:52:39 GMT

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

---

IchBinAmEnde schrieb am Fri, 26 May 2017 14:25OhNoHair schrieb am Fri, 26 May 2017 13:40Müsli, aus:

Haferflocken  
Dinkelflocken  
Sonneblumenkerne  
Mandeln  
Walnüsse  
1 Apfel  
1 Nektarine  
200 ml Hafer-Mandelmilch

Und zum Nachtisch gibt's ein Radieschen

Da ist wohl jemand im Aufbau

Ja...Fettaufbau

---

Subject: Aw: Was esst/trinkt ihr gerade?

Posted by [Aristo084](#) on Sat, 27 May 2017 08:36:42 GMT

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

---

Sonic Boom schrieb am Fri, 26 May 2017 20:53Ich bin leidenschaftlicher Energy Drink Konsument.

Was ich auch noch gerne mag ist Veltins + Energy ( heißt bei mir immer Visibubele. Wenn meine Kumpels und ich Filmabend machen, und ich komme ohne mein V+, fragen sie immer: Sonic, wo ist denn dein Visibubele???)

Gift, genauso wie Cola.

<https://equapio.com/gesundheit/coca-cola-eine-giftbombe-fuer-den-menschlichen-koerper/>

---

Subject: Aw: Was esst/trinkt ihr gerade?

Posted by [IchBinAmEnde](#) on Sat, 27 May 2017 13:06:41 GMT

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

---

Aristo084 schrieb am Sat, 27 May 2017 10:36Sonic Boom schrieb am Fri, 26 May 2017 20:53Ich bin leidenschaftlicher Energy Drink Konsument.

Was ich auch noch gerne mag ist Veltins + Energy ( heißt bei mir immer Visibubele. Wenn

meine Kumpels und ich Filmabend machen, und ich komme ohne mein V+, fragen sie immer:  
Sonic, wo ist denn dein Visibubele???

Gift, genauso wie Cola.

<https://equapio.com/gesundheit/coca-cola-eine-giftbombe-fuer-den-menschlichen-koerper/>

Fappen wohl auch , wa?

---

---

Subject: Aw: Was esst/trinkt ihr gerade?

Posted by [IchBinAmEnde](#) on Sat, 27 May 2017 20:38:59 GMT

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

---

Dönerteller , Scharfe Soße Kalb  
+ 2 x Capri Sun Orange

---