

## Die ultimativen Kalorien-Tipps zu Weihnachten

15. November 2010 - 18:55  
*geschrieben am 11.12.2006*



Ein schlauer Mensch hat einmal gesagt, dass nicht das Essen zwischen

Weihnachten und Neujahr dick macht, sondern das zwischen Neujahr und Weihnachten.

Recht hat er - und trotzdem plagt uns das schlechte Gewissen, wenn wir zur Advents- und Weihachtszeit verstohlen nach einem Lebkuchen greifen oder uns einen Domino-Stein auf der Zunge zergehen lassen.

Adventskalender.net präsentiert aus diesem Grund die ultimativen (und nicht ganz ernst zu nehmenden) Kalorien-Tipps zu Weihnachten:

1. Wenn du etwas isst und keiner sieht es, dann hat es keine Kalorien.
2. Wenn du eine Light-Limonade trinkst und dazu eine Tafel Schokolade isst, dann werden die Kalorien in der Schokolade von der Light-Limonade vernichtet.
3. Wenn du mit anderen zusammen isst, zählen nur die Kalorien, die du mehr isst als die anderen.
4. Essen, welches zu medizinischen Zwecken eingenommen wird, z.B. heiße Schokolade, Rotwein, Cognac, zählt NIE.
5. Je mehr du diejenigen mätest, die täglich rund um dich sind, desto schlanker wirkst du selbst!
6. Essen, welches als ein Teil von Unterhaltung verzehrt wird (Popcorn, Erdnüsse, Limonade, Schokolade oder Zuckerln), z.B. beim Videoschauen oder beim Musikhören, enthält keine Kalorien, da es ja nicht als Nahrung aufgenommen wird, sondern nur als Teil der Unterhaltung.

7. Kuchenstücke oder Gebäck enthalten keine Kalorien, wenn sie gebrochen und Stück für Stück verzehrt werden, weil das Fett verdampft, wenn es aufgebrochen wird.
  8. Alles, was von Messern, aus Töpfen oder von Löffeln geleckt wird, während man Essen zubereitet, enthält keine Kalorien, weil es ja Teil der Essenszubereitung ist.
  9. Essen mit der gleichen Farbe hat auch den gleichen Kaloriengehalt (z.B. Tomaten und Erdbeermarmelade, Pilze und weiße Schokolade).
  10. Speisen, die eingefroren sind, enthalten keine Kalorien, da Kalorien eine Wärmeeinheit sind.
- 

**Quell-Link:** <https://www.adventskalender.net/news/die-ultimativen-kalorien-tipps-zu-weihnachten>