

image not found or type unknown



Ich kann nicht sagen dass ich essen mag. Ich esse etwas alles. Ich kann nicht sagen dass ich meines Lieblingsessen habe. Aber ich kann auch nicht sagen dass ich alles mag. Es gibt viele Ausschließungen. Ich mag nicht Pilze, Fett, gebratene Zwiebel, Borschtsch, Kohlsuppe, Okroschka, gebratene Oliven essen. Auch mag ich nicht zu Süß, zu salzig, zu scharf essen. Ich glaube dass gutes leckeres Essen soll ausgewogen sein. Mit meinem Gesundheitszustand kann ich mir nicht anderes zu lassen. Ich muss denken, was ich esse und wie viel ich esse. Meine Ernährung ist sehr einfach. Zum Frühstück esse ich Haferbrei und trinke Tee mit Brot. Am Mittag kann ich Kartoffelbrei, Nudeln oder Grütze mit Fleischprodukten haben. Zum Abendessen zuge ich Milchgetränke mit Kuchen oder Gebäcken bevor. Wann ich Zeit habe mag ich etwas leckeres backen.