

## Verbrenne extra Kalorien mit Senf!

Geschrieben von: Carlos Barbon

Sonntag, den 16. Juni 2013 um 07:29 Uhr -

---



### Verbrenne extra Kalorien mit Senf!

Senf gehört zu den Inhaltsstoffen, die ebenfalls eine direkte Wirkung auf die Körpertemperatur haben. Dieses wird durch die Beschleunigung des Stoffwechsels erreicht. In dieser kurz andauernden Phase werden zusätzliche Kalorien verbraucht. Forscher haben berechnet, dass nach der Einnahme von mit Senf gewürztem Essen der Stoffwechsel um bis zu 25% schneller ist als nach der gleichen Mahlzeit ohne Senf.