

---

Subject: Döner

Posted by [Heino80](#) on Thu, 09 Feb 2017 21:45:28 GMT

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

---

Hallo Leute,

würdet ihr sagen das ein Döner total ungesund ist oder sind dort doch gesunde Sachen mit drin?

Würde mal sagen das Fladenbrot ist aus hellem Teig und ist vielleicht nicht so gesund. Aber es dazu gibt es immer viel Grünzeug, das ist ja schon mal gesund. Was sagt ihr zur Sauce? Könnte mir vorstellen das, dass eine richtige Kalorienbombe ist. Geht so was zum Mittagessen, als ganz normale Portion, oder würdet ihr sagen, das ist total ungesunder Mist? Bin seit zwei Wochen am Abnehmen, und traue mir jetzt gar nicht mal einen zu essen. Oder sollte man so etwas

unter Shitday einplanen? Ja, wie sind eure Meinungen dazu?

Grüße Heino

---

---

Subject: Aw: Döner

Posted by [osso](#) on Thu, 09 Feb 2017 22:01:48 GMT

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

---

Was willst du, eine Rechtfertigung Döner zu essen ?

der Industriedöner besteht zum größten teil aus Fett und minderwertigem Fleisch und ist in Wirklichkeit nicht mal ein Döner (laut Dönerverordnung) ;)

---

---

Subject: Aw: Döner

Posted by [Heino80](#) on Thu, 09 Feb 2017 22:27:21 GMT

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

---

Aber wo sollte man denn sonst einen Döner kaufen? Ne und eine Rechtfertigung will ich nicht. Aber selber machen, bring ich Glaube ich nicht und wüsste auch nicht wie.

---

---

Subject: Aw: Döner

Posted by [Stoffel](#) on Tue, 23 May 2017 12:44:38 GMT

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

---

Ach ab und zu mal so einen leckeren Döner essen finde ich persönlich nicht schlimm. Klar ist dieser ungesund, aber einmal im Monat sich so etwas erlauben ist finde ich in Ordnung. Mach ich selbst so.

---

---

Subject: Aw: Döner  
Posted by [Nico95](#) on Thu, 07 Sep 2017 14:52:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich kann mich Stoffel nur anschließen, ab und zu mal einer Döner ist nichts schlimmes. Man sollte es jedoch nicht übertreiben, beim Döner ist auch abhängig wo du ihn kaufst. Ich hatte mal einen Dönerladen in meinem Dorf, der hat jeden Tag das Gemüse frisch zubereitet und der Döner hat nicht nur nach Fett geschmeckt. Ich kann dir nur sagen, beim Döner kannst du nen 1 Euro drauflegen und dann dafür etwas vernünftiges zu bekommen, als in die letzte Süff-bude zu gehen wo die toten Fliegen noch an der Wand kleben. ;)

---

Subject: Aw: Döner  
Posted by [Da-mi-an](#) on Wed, 29 Nov 2017 07:23:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Lass Dir den Döner nicht schlecht reden. Es ist wie mit Allem. Wenn DU übertreibst, ist es schlecht. Aber wie mein Vorredner schon sagte, einer im Monat ist total unbedenklich. Du kannst aber auch das Fleisch, die Soße und das Brot weglassen. In der Form kannst Du täglich 3 Döner essen. :twisted:

Aber Spaß bei Seite. Lass es Dir schmecken.

---

Subject: Aw: Döner  
Posted by [gustavv](#) on Sat, 27 Jan 2018 14:04:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

osso schrieb am Do, 09 Februar 2017 23:01 Was willst du, eine Rechtfertigung Döner zu essen ? der Industriedöner besteht zum größten teil aus Fett und minderwertigem Fleisch und ist in Wirklichkeit nicht mal ein Döner (laut Dönerverordnung) ;)

Meinst du die EU-Dönerverordnung oder die hochoffizielle türkische? Die unterscheiden sich nämlich gewaltig. :)  
Ansonsten zum Inhalt: Das Fleisch ist meistens minderwertig....deshalb sind sie auch so billig. Gesund, naja...

---