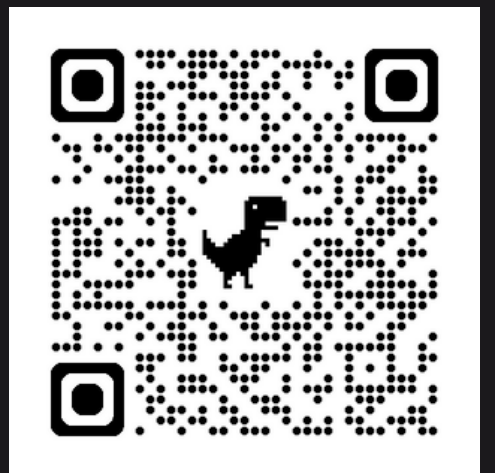




Rundvlees eten staat slecht op je geweten!

Wist je dat veel rundvlees eten negatieve gevolgen kan hebben?

Zo kan rundvlees eten ervoor zorgen dat je eerder kans krijgt op hart- en vaatziekten, kanker en diabetes type twee. Ook veroorzaakt rundvlees het hoogste CO2 uitstoot van alle vleessoorten en worden er veel koeien geslacht voor rundvlees, waarbij de koeien vaak slechte leefomstandigheden hebben. Er zijn ook "voordelen" van rundvlees eten. Zo zitten er veel mineralen, vitaminen en koolhydraten in. Maar deze kun je ook binnen krijgen met plantaardig voedsel.



Denk de volgende keer dus goed erover na als je de keuze maakt om een lekker biefstukje te eten!