

## **PRESSEMITTEILUNG**

### **„And the Oscar goes to...“ – Mit diesen Schlankmachern bringen sich Stars und Sternchen in Form für den roten Teppich**

#### **Ernährungsportal abnehmen.net gibt einen Überblick über die Diäten der Stars**

Berlin, 09. Februar 2009 – Berlin, Los Angeles, Cannes – die Filmfestival-Saison hat begonnen! Und jedes Mal stellt sich beim Schaulaufen der Stars und Sternchen die Frage, wie es ihnen gelingt, sich immer wieder rechtzeitig für den roten Teppich in Form zu bringen und vor Fotografen und einem Millionenpublikum rank, schlank und strahlend dazustehen. Das Ernährungs- und Diätportal [abnehmen.net](http://www.abnehmen.net) ([www.abnehmen.net](http://www.abnehmen.net)) hat sich dieser Frage angenommen und beliebte Diäten der Stars recherchiert.

Frauenschwarm Brad Pitt, als Hauptdarsteller von „Der seltsame Fall des Benjamin Button“ für den Oscar nominiert, bringt sich dem Vernehmen nach mit der Zone Diät von Sears in Form - einem Lifestyle-Konzept, das beim Abnehmen hilft und gleichzeitig dem Alterungsprozess vorbeugen soll. Die Ernährung wird individuell festgelegt, nichts ist verboten, jedoch darf alles nur in Maßen genossen werden. Seine Frau Angelina Jolie, ebenfalls für den Oscar als beste Hauptdarstellerin für „Der fremde Sohn“ nominiert, verzichtet auf Kohlenhydrate und isst wegen des hohen Proteingehalts viel Fleisch und Fisch. Angeblich sollen sogar Eiweißlieferanten wie Maden, Heuschrecken und Taranteln auf ihrem Speiseplan stehen.

Powerfrau Kate Winslet, nominiert für „Der Vorleser“ steht im Ruf, die Facereading-Diät zu anzuwenden. Dabei verrät das Gesicht den individuellen Speiseplan für eine schlanke Linie, schöne Haut und Wohlbefinden. Bei der Schauspielerin bedeutet das: Kein Alkohol, keine verarbeiteten Lebensmittel, wenig Kohlenhydrate. Das könnte auch der Speiseplan nach der individuell zusammengestellten Metabolic Balance Diät sein. Charakterschauspielerin Meryl Streep, unter den Außerwählten für die Kür zur besten Hauptdarstellerin für den Film „Glaubensfrage“, unterzieht sich ebenfalls einer dauerhaften Diät: Sie ernährt sich streng ketogen, also nach der Atkins-Diät, bei der auf Kohlenhydrate ganz oder teilweise verzichtet wird.

abnehmen.net-Expertin Peggy Reichelt: „Auch Stars sind nur Menschen, die sich ihr strahlendes Aussehen und eine Topfigur mit Disziplin, individueller Beratung und Sport erarbeiten müssen.“ Zusammen mit ihrem Team von Ernährungsexperten hat sie zahlreiche sinnvolle und unsinnige Stardiäten zusammengestellt.

#### **Über abnehmen.net**

Das neue unabhängige Internetportal [abnehmen.net](http://www.abnehmen.net) ([www.abnehmen.net](http://www.abnehmen.net)) bietet eine im deutschsprachigen Raum einzigartige Kombination aus aktueller redaktioneller Berichterstattung, kompetenter Diätberatung sowie der Möglichkeit, sich direkt mit anderen Usern auszutauschen. Ein Diät-Finder hilft, in nur wenigen Schritten schnell und unkompliziert die für den jeweiligen Nutzer beste Diät zu finden.

Für Rückfragen: Frank Plümer | plümer)communications  
Tel. 040/35 70 13 50 | E-Mail: [fp@pluecom.de](mailto:fp@pluecom.de)

#### **abnehmen.net ABNEHMEN IM NETZ GmbH**

Chausseestrasse 8 · 10115 Berlin

Tel +49 30 30605032  
Fax +49 30 30605033

Email kontakt@abnehmen.net  
Web [www.abnehmen.net](http://www.abnehmen.net)