

## Presseinformation

---

Damon Gameau

### **Voll verzuckert – That Sugar Book**

**Wie uns die Lebensmittelindustrie dick macht und für dumm verkauft**

#### **Wege aus der Zuckerfalle**

256 Seiten mit Farbfotos

Format: 18,5 x 24,2 cm, Klappenbroschur

19,99 € (D) / € 20,60 (A) / 21,90 sFr

ISBN 978-3-8338-5176-6

Erscheinungstermin: Oktober 2015



### **Zucker – die süße Gefahr: Das Buch zum Kinofilm**

Zucker ist in aller Munde. Es ist weltweit das am weitesten verbreitete Nahrungsmittel. Doch welchen Effekt hat dieses Süßungsmittel auf uns? Was passiert, wenn die Ernährung vor allem aus zuckerhaltigen Lebensmitteln besteht? Diese Fragen stellt sich der australische Schauspieler und Filmemacher Damon Gameau und wagt den Selbstversuch: 60 Tage lang isst er täglich umgerechnet 40 Teelöffel Zucker. Sein unterhaltsamer und informativer Film dazu ist bereits die erfolgreichste australische Dokumentation aller Zeiten. Pünktlich zum Kinostart im Herbst gibt es bei Gräfe und Unzer das Buch zum Film: **Voll verzuckert – That Sugar Book**.

Nicht etwa Limonade, Eiscreme oder Schokolade stehen hier im Mittelpunkt, sondern vermeintlich gesunde Lebensmittel wie fettarmer Joghurt, Müsli, Fruchtriegel, Säfte oder Smoothies. Aus diesem „Wellness-Food“ kreierte Gameau unter Aufsicht von Wissenschaftlern und Ernährungsberatern seine Mahlzeiten, die besagte 40 Teelöffel Zucker täglich enthielten. Während seines Experiments reiste Damon Gameau zudem durch die süße, weite Welt des Zuckers und schaute der Lebensmittelindustrie auf die Finger, besuchte Fachleute, Ärzte, Wissenschaftler und nicht zuletzt Zucker-Geschädigte. Wer nach diesem Augenöffner mit der weißen Rieselsüße Schluss machen möchte, kann aus über 40 leckeren Rezepten auswählen, natürlich ohne raffinierten Zucker. Von Smoothies über Snacks und Suppen bis zu bürotauglichen Gerichten und Hauptspeisen ist alles dabei. Sogar an Süßigkeiten ist gedacht. Dattel-Nuss-Kugeln etwa spenden Energie statt sie zu rauben und Erdnussbutter-Pralinen streicheln einfach nur die Seele.

Zum ersten Mal nehmen ein Film und das Begleitbuch den Verbraucher mit auf eine Reise in die Welt der süßen Sucht und zeigen deren Folgen. Wohin führt der übermäßige Zuckerkonsum unserer Gesellschaft? Antworten liefert **Voll verzuckert – That Sugar Book**.

Damon Gameau ist ein australischer Fernseh- und Filmschauspieler sowie Filmemacher. Seine Dokumentation **Voll Verzuckert – That Sugar Film** ist die erfolgreichste australische Dokumentation aller Zeiten.