

# Schon gewusst? - Erdbeeren stimulieren Sexmuffel

---

Erdbeeren können bei Männern und Frauen die Lust fördern. Himbeeren auch, aber bei ihnen ist der Effekt nicht ganz so stark. Das Institute for Nutrition in London hat sich das Sommerobst vorgenommen und die einzelnen Früchte genau analysiert. Dabei ist dieses überraschende Ergebnis herausgekommen, wie die britische Online – Agentur Ananova berichtet. Erdbeeren und Himbeeren sind deshalb so positiv für die Lust, weil ihre Samen sehr viel Zink enthalten. Zink, erklärt Patrick Holford, der Gründer des Instituts, sei wichtig für die Testosteronbildung und helfe Frauen, schnell für Sex bereit zu sein. **„Deshalb sollte Mann und Frau jedesmal vor dem Sex eine Handvoll Erdbeeren oder Himbeeren essen“**, erklärte Holford. („Aerztezeitung“)

**Artikel im „Schweizer Bauer“ vom Samstag, den 29. Mai 2004.**

