

## **Eric Westman i Breckenridge 2017 – förhandstitt 1**

**Eric Westman:** Kan folk äta LCHF-kost varaktigt? Efter tio år vet jag att det går. Alla kan det inte, på det sättet som det tillämpas för närvarande. Man kan jämföra det med när folk började motionera på 1970-talet. "Kan ni tänka er nån som motionerar? Hur ska det gå till, om man inte har ett löpband? Dessutom har jag rökhosta, varför skulle jag då vilja motionera?" Tiderna förändras. Just nu får man inget stöd för det här där ute. Det finns inte löpband i alla hem, vad nu de ska motsvaras av... Kanske långkokare, eller vad man nu ska likna dem vid. Det har aldrig varit enklare att göra det här i praktiken. För somliga är det svårt, för andra inte. Så när folk säger att ingen kan äta så i längden, svarar jag: "Kanske inte hos dig, men hos mig kan de det."