

Christian Selig – intervju 2 (Mallorca 2017) – förhandstitt 1

Ivor Cummins: Inälvsmat faller inte alla i smaken, men är väldigt näringsrik. Och det är också väldigt billigt numera.

Christian Selig: Ja, det är förhållandevis billigt, beroende på vilken del det är. Jag åt mycket inälvsmat när jag började med strikt ketogen kost och det var mycket gott. Man behöver vänja sig vid smaken, men det var inget problem. Smaka på det. Man provar ju nya saker varje dag, så varför inte ny mat? Om man är i färd med att lägga om sin kost så kan man också pröva nya saker. Lever är jättegott, njure är jättegott, hjärta är jättegott... Det är bara att smaka.