



Описание

Сыроедение (сыроядение) - система питания, отдающая предпочтение использованию пищи, не подвергшейся тепловому воздействию (варке, жаренью, тушению и т. п.). Чаще всего к сыроедению прибегают вегетарианцы, однако сыроеды встречаются и среди почитателей животной пищи. Примерами могут служить употребление в пищу некоторыми народами на Севере замороженной рыбы (строганины), использование охотниками в пищу невареного мяса, употребление в сыром виде устриц и т.п. Книга «Что такое сыроедение и как стать сыроедом (натуристом)» предназначена для широкого круга читателей. Книга может быть полезна и интересна студентам высших и средне-специальных учебных заведений.