

HASŁO	fleksitarianizm
WARIANTY	flexitarianizm
DEFINICJA	Fleksitarianizm to sposób odżywiania się polegający na ograniczonym spożywaniu mięsa (czasem też produktów pochodzenia zwierzęcego), na przykład jedzeniu go tylko raz w tygodniu. Ograniczenie może też polegać na tym, że mięso je się jedynie okazjonalnie – poza domem, na przyjęciach, spotkaniach towarzyskich itp.
PRZYKŁADY UŻYCIA	Tak, tak, kochani, jeden raz w tygodniu to takie nasze optimum. Nie jesteśmy przecież wyłącznie roślinożercami. Hm... zbliżamy się do tego, co wielki świat zaczął nazywać – fleksitarianizmem. Ograniczone spożycie mięsa, to jest to. O! (Źródło). Mięcho leciało (dosłownie i w przenośni) bo w końcu uroki fleksitarianizmu pozwalają świętować mięsnym posiłkiem obrzuconym tylko brokułami. Dla równowagi zamiast tortu zdecydowałam się na wegański mazurek. (Źródło). Co więcej, flexitarianizm niesie ze sobą sporo korzyści zdrowotnych dla organizmu. Jakie są zasady diety flexitariańskiej i jak komponować codzienne menu? Podpowiadamy. (Źródło). Taki okazjonalny vegetarianizm nazywa się flexitarianizmem i spodoba się wszystkim, którzy mają ochotę raz na jakiś czas zjeść mięso. (Źródło). Nie ukrywam, że nie jestem wegetarianką, staram się kupować zdrowe, niefaszerowane chemią mięso od zwierząt, które chodziły po trawie i ją spożywały. Wiem, że dla wielu jest to i tak niedopuszczalne zachowanie. To prawda, że skłaniam się bardziej ku fleksitarianizmowi (czyli ograniczaniu mięsa w diecie do minimum) (...). (Źródło).
DODATKOWE INFORMACJE	Ang. <i>flexitarianism</i> .
WIZUALIZACJE	Zobacz w grafice Google

ODSYŁACZE

Por. [fleksitarianin](#), [fleksitarianka](#), [fleksitariański](#).

DATA

Rejestracja hasła: 12.04.2018, 18.31, ostatnia
aktualizacja hasła: 09.10.2020, 13.05

AUTOR