

Mehr gibt es unter [Null Punkte-liste Weight-Watchers](#) und auf [Weight Watchers Diät Erfahrungen](#)

[Direkt zum Programm und 32 Euro sparen](#)

Weight Watchers 0-Points-Liste

Ananas	Kaffeepulver	Rübe(n), jede Sorte
Apfel/Äpfel	Kapern	Rucola/Rauke
Apfelessig	Kardamom	Salatdressing ohne Öl
Aprikose(n)	Kaugummi, ohne Zucker	Salbei
Aroma	Kerbel	Salz
Artischocke(n)	Kiw(i)s	Sambal Oelek
Aubergine(n)/Eierfrucht	Knoblauch	Sauerkraut
Austernpilze	Knoblauchpulver	Schalotte(n)
Backoblate(n)	Kohlrabi(s)	Schnittlauch
Backöl	Koriander	Schwarzwurzel(n)
Bambussprossen	Kräuter	Sellerie (frisch oder Konserve)
Basilikum	Kräuter der Provence	Sellerie (frisch oder Konserve)
Beeren, jede Sorte	Kresse	Senf
Birne(n)	Kümmel	Sojasauce
Blattsalat, jede Sorte	Kürbis	Sojasproussen/-keimlinge
Blumenkohl	Liebstöckel	Spargel
Bohnen, frisch, gelb/grün	Light-Getränke, bis 18 kcal pro Liter	Spinat
Bohnenkraut	Limette(n)	Stachelbeeren
Broccoli	Lorbeerblatt / Lorbeerblätter	Staudensellerie
Brombeeren	Löwenzahn	Steckrübe(n)
Cayennepfeffer	Majoran	Suppengemüse
Champignons	Malzkaffee/Caro-Kaffee	Süßstoff, flüssig
Chicoree	Mandarine(n)	Süßstoff-Tabletten
Chilipulver	Mangold	Tabasco
Chilischote	Meerrettich	Tafelwasser
Chinakohl	Minze	Tamarillo/Baumtomate(n)
Cocktailtomate(n)	Mixed Pickles	Tee, jede Sorte
Cola light, mit und ohne Koffein	Möhre(n)/Karotte(n)	Teriyaki
Curry	Mungobohnensprossen	Teriyaki-Sauce
Dickungsmittel, kalorienarm, z.B. Biobin	Muskat	Thymian
Dill	Nektarine(n)	Tomate(n)
Eiswürfel	Nelken	Tomatenmark
Erdbeeren	Obstkonserven, ohne Zucker (außer Kirschen)	Tomatensaft
Essig	Orange(n)	Tortenguss, ohne Zucker
Estragon	Orangenschale	Tzatzikigewürz
Fenchel	Oregano	Vanillepulver
Fischfond, jede Sorte	Papaya(s)	Wacholderbeeren
Fleischfond, jede Sorte	Paprikapulver	Wasser
Früchtetee	Paprikaschote(n)/Gemüsepeperoni	Wassermelone(n)
Frühlingszwiebel(n)	Pastinake(n)	Weinblätter
Gelatine Blatt/Blätter	Peperoni(s)	Weißkohl
Gelatine Pulver	Perlzwiebel(n)	Wirsing
Gelin	Petersilie	Worcestersauce
Gemüseaspik/-stülze	Pfeffer	Würze(n), flüssig
Gemüsebrühe	Pfeffersauce	Würze(n), pulverisiert
Gemüsekeimlinge/-sprossen	Pfifferlinge (frisch oder Konserve)	Zimt
Gemüsesaft	Pfirsich(e)	Zitrone
Gewürz(e)	Pflaume(n)	Zitronenmelisse
Götterspeise mit Süßstoff	Pilze	Zitronensaft
Grill-Würze	Pizzagewürz	Zitronenschale
Grünkohl/Braunkohl	Pomelo(s)	Zucchini(s)
Gurke(n), eingelegt	Porree/Lauch	Zwiebel(n)
Gurke(n), frisch	Quitte(n)	Zum Weight Watcher Programm und 32 Euro sparen
Gyrosgewürz	Radieschen	
Hackfleischgewürz	Rettich(e)	
Heidelbeeren/Blaubeeren	Rhabarber	
Himbeeren	Romanesco	
Honig-/Zuckermelone(n)	Rosenkohl	
Ingwer	Rosmarin	

Johannisbeeren, rot/schwarz
Kaffee, jede Sorte

Rote Bete (Randen)
Rotkohl/Blaukraut