

Eiweiße

Aufgabe 1

S. 24-25

1 Wie nennt man Eiweiße noch? Kreuze die richtige Antwort an!

Protector

☐

Protein

☐

Promoter

☐

Primat

☐

2 Welche Aufgaben übernimmt Eiweiß in deinem Körper?

Proteine sind ein wertvoller Baustoff für _____
und wichtiger Bestandteil von Muskeln, _____,
Blut und _____.

3 Schreibe vier Lebensmittel auf, die viel pflanzliches Eiweiß enthalten.



Eiweiße

Lösung: Aufgabe 1

S. 24-25

1 Wie nennt man Eiweiße noch? Kreuze die richtige Antwort an!

Protektor

☐

Protein

☒

Promoter

☐

Primat

☐

2 Welche Aufgaben übernimmt Eiweiß in deinem Körper?

Proteine sind ein wertvoller Baustoff für Zellen und wichtiger Bestandteil von Muskeln, Organen, Blut und Knochen.

3 Schreibe vier Lebensmittel auf, die viel pflanzliches Eiweiß enthalten.

- Linsen
- Erbsen
- Kichererbsen
- Mandeln
- Sonnenblumenkerne
- Erdnüsse
- Kürbiskerne
- Vollkorngetreide
- grünes Gemüse wie Brokkoli, Spinat und Kresse



Eiweiße

Aufgabe 2

S. 24-25

1 Was gehört zusammen? Verbinde die Lebensmittel mit der richtigen Kategorie.



Milchprodukte

Grünes Gemüse



Wurst & Fleisch



Hülsenfrüchte



Nüsse & Kerne



Eiweiße

Lösung: Aufgabe 2

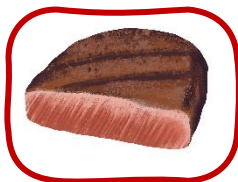
S. 24-25

1 Was gehört zusammen? Verbinde die Lebensmittel mit der richtigen Kategorie.

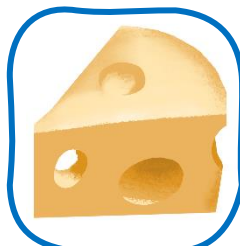


Milchprodukte

Grünes Gemüse



Wurst & Fleisch



Hülsenfrüchte



Nüsse & Kerne

