

## 15 | Dickmacher

### 1 Finde die Dickmacher.

- a) Kreise alle Nahrungsmittel ein, die viel Fett enthalten.
- b) Rahme alle Nahrungsmittel viereckig ein, die viel Zucker oder Weißmehl enthalten.



### 2 Trage die Nahrungsmittel in die Tabelle ein.

Fetteiche Nahrungsmittel	Nahrungsmittel mit viel Zucker oder Weißmehl

## 20 | Einkauf

Verbinde die Fotos mit den entsprechenden Info-Kästchen.

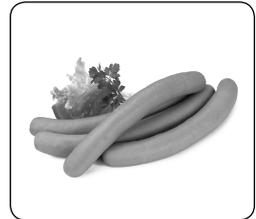


Auf Schimmelbefall bei kohlenhydratreichen Lebensmitteln achten.

Beschädigte Packungen nicht in den Einkaufskorb legen.

Auf das Verfallsdatum achten.

Auf grüne Stellen achten.



Lebensmittel aus dem Kühlregal müssen schnell in den Kühlschrank.

Auf Druckstellen und Flecken achten.

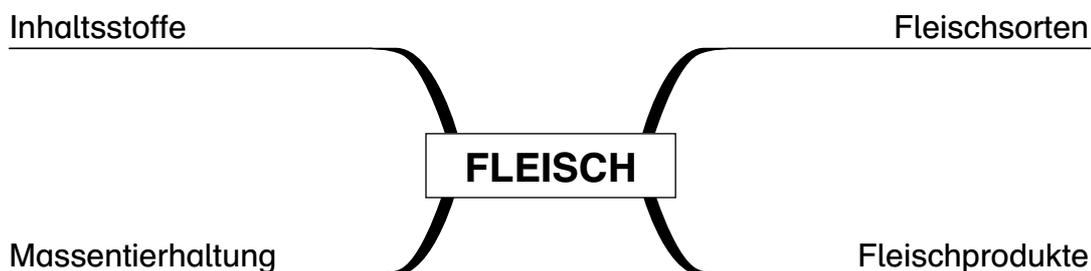
Diese Produkte legt man immer zum Schluss des Einkaufs in den Wagen, denn sie müssen so schnell wie möglich in den Gefrierschrank und dürfen nicht antauen. Man sollte eine spezielle Kühltasche mitnehmen oder Kühlelemente.

Darauf achten, dass die Schalen nicht beschädigt sind.

## 15 | Fleisch und Wurst

- 1** Erstelle eine Mindmap zum Thema Fleisch. Nutze dafür auch die Begriffe im Kasten. Du kannst ein Extrablatt nutzen.

Rindfleisch – Blei – Kalbfleisch – Salami – Massentierhaltung – Eiweiß – Bierschinken – chlorierte Kohlenwasserstoffe – Leberwurst – Fett – Schweinefleisch – Eisen – Geflügel – Kalzium – Ente – B-Vitamine – Gans – Fleischwurst – Huhn – Cäsium – Lammfleisch – Geflügelmast – Hammelfleisch – Mortadella – Tierarzneimittel – Cholesterin – Pestizide – Wildfleisch



- 2** Lies das Gespräch, unterstreiche wichtige Informationen und beantworte die Fragen auf einem Extrablatt.

„Guten Tag, Herr Müller, kaufen Sie auch mal wieder beim Biobauern?“

„Guten Tag, Frau Winter, ja ich koche nur noch einmal in der Woche ein Gericht mit Fleisch. Das soll dann auch eine möglichst gute Qualität haben. Wenn ich daran denke, unter welchen Bedingungen die armen Tiere in den riesigen Ställen leben, welches Futter sie manchmal bekommen und wie viele Medikamente, vor allem ja Antibiotika und Hormone, um schnell zu wachsen, da vergeht mir der Appetit auf ein Stück Fleisch oder ein Wurstbrot.“

„Ja, dabei müsste das alles nicht sein. Wenn man nicht jeden Tag Fleisch essen würde und das Fleisch auch noch möglichst billig sein sollte, wäre die Massentierhaltung gar nicht erforderlich. Ich habe gelesen: 1950 betrug der Pro-Kopf-Verbrauch an Fleisch 26 kg/Jahr, 1971 waren es bereits 64 kg/Jahr und 2012 schon 94 kg/Jahr. Auf Fleisch verzichten werde ich nicht, da ja gutes Fleisch in Maßen auch gesund ist, weil es Eiweiß, wertvolles Eisen und Vitamine enthält. Natürlich auch Fett, das der Körper ja auch braucht. Bei mir steht einmal in der Woche Fleisch auf dem Speiseplan. Wurst und Schinken gibt es jedoch nur ab und zu. Wussten Sie, dass in 100 g Streichmettwurst 37 g Fett enthalten sind und in einer Bratwurst sogar 50–60 g Fett?“

„Nein, aber gut zu wissen. An die versteckten Fette denke ich viel zu wenig.“

- 3** Beantworte die Fragen. Notiere die Antworten auf einem Extrablatt.

- Warum ist es in Deutschland zur Massentierhaltung gekommen?
- Welche Probleme bringt die Massentierhaltung mit sich?
- Was könnte der Verbraucher tun, damit das Fleisch wieder von besserer Qualität ist?
- Warum sollte man nicht so oft Wurst und Schinken essen?