Name ............................................................ Klasse ............. Datum ......................

**Fleisch und Eier**

**2. Arbeitsblatt Fleisch & Eier**

 **Blick in die Fleischtheke (Teil 2)**

1. Schaue dir die folgenden einzelnen Fleischstücke genau an und beschreibe, was du siehst. Suche dir in der Fleischertheke noch zwei weitere Fleischstücke aus und be­ schreibe diese ebenfalls.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Fleischart** | **Farbe** | **Fettanteil** | **Sehnenanteil** | **sonstiges** |
| Rumpsteak |  |  |  |  |
| Schweineschnitzel |  |  |  |  |
| Schweinekotelett |  |  |  |  |
| Schweinehackfleisch |  |  |  |  |
| Rinderhackfleisch |  |  |  |  |
| Hühnerbrust |  |  |  |  |
| Rinderbraten |  |  |  |  |
| Schweinefilet |  |  |  |  |
| Beinscheibe vom Rind |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

1. Welche Wurstsorten hat der Metzger im Angebot?
2. Hausaufgabe:
   1. Finde anhand einer Nährwerttabelle (oder im Internet unter www.naehrwertrech­ ner.de) heraus, welchen Fettgehalt die einzelnen Wurstsorten, die du beim Metzger gesehen hast, haben. Gib den Fett­ und den Energiegehalt jeweils pro 100 Gramm und pro Scheibe/Portion (30 Gramm) für mindestens drei Wurstsorten an.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Wurstsorte** | **Fettgehalte/100g** | **Energiegehalt/100g** | **Fettgehalt/Scheibe** | **Energiegehalt/Scheibe** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

* 1. Welche Wurstsorte enthält am meisten Fett, welche ist besonders fettarm?

Hessisches Ministerium für Umwelt, Klimaschutz, Landwirtschaft und Verbraucherschutz Werkstatt Ernährung 19

