

<b>WPF FuG</b>	<b>7. Jahrgangsstufe</b>
<b>KW 17 und 18</b>	<b>20.4. - 30.4.2020</b>

Hallo liebe Schülerinnen und Schüler,  
willkommen zurück im WPF-Kurs FuG, leider immer noch nicht persönlich in der  
Schule, sondern von zu Hause aus.

Aber so ist es nun mal, versuchen wir das Beste draus zu machen.

In den nächsten 2 Wochen geht es um Ernährungsgewohnheiten.

Nachfolgend findet ihr ein Infoblatt und eine Seite mit Aufgaben.

Druckt das Infoblatt bitte aus. Erledigt die Arbeitsaufträge gewissenhaft und  
heftet sie in die Mappe ab.

Sollte es Fragen geben oder sonstige Probleme, dann mailt mir.

LG und bleibt weiterhin gesund!

K. Petri

# Ernährungsgewohnheiten

## Ernährungstrends

1. ... sind zubereitete Speisen, die für den raschen Verzehr produziert werden. Man kann die Speisen in der Regel sofort und auch gut unterwegs essen.  
Auf traditionelle Essensriten, wie an einem gedeckten Tisch zu sitzen und mit Besteck zu essen, wird weitgehend verzichtet.

2. ... ist ein Begriff, der von einer gleichnamigen Organisation als Ausdruck für langsames, genussvolles, bewusstes und regionales Essen geprägt wurde.  
Die ursprünglich aus Italien stammende Organisation bemüht sich um die Erhaltung einer regionalen Küche mit heimischen pflanzlichen und tierischen Produkten und deren Produktion vor Ort.

3. ... bedeutet übersetzt etwa „bequeme Kost“. Damit werden alle ganz oder teilweise vorgefertigten Produkte oder auch komplette Fertigmahlzeiten bezeichnet.  
Das Hauptanliegen dabei ist, die Zubereitung des Essens zu Hause zu erleichtern und zu verkürzen.

4. ... ist eine Zusatzbezeichnung bei Lebens- bzw. Genussmitteln.  
Je nach Produkt steht die Bezeichnung für einen reduzierten Gehalt an Bestandteilen, die als ungesund angesehen werden. Die Zusatzbezeichnung soll vermitteln, dass das Produkt „leichter“ als ein vergleichbarer Artikel ist. Das kann je nach Produkt z. B. kalorienarm, fettarm, zuckerfrei, mit wenig Kohlensäure oder wenig Koffein bedeuten.

Notizzettel:



Convenience Food

Light-Produkte

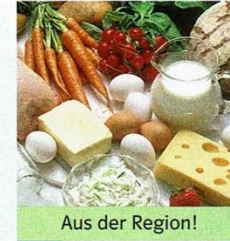
Fast Food

Slow Food

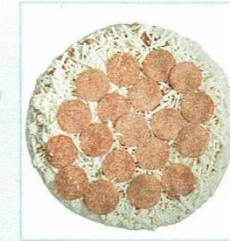
## Was ist was?



M1 Fast Food



M2 Aus der Region!  
Slow Food



M3 Convenience Food



M4 Light-Produkte

### Fast Food

### Slow Food

### Convenience Food

### Light-Produkte

Hamburger	Käse aus ökologischer Herstellung	Dosensuppe	Colagetränk
Pommes frites	Fleisch aus ökologischer Herstellung	Klöße im Kochbeutel	Joghurt
Gyros Pita	frisches Gemüse	Kuchenbackmischung	Kaugummi

## Welche Ernährungs- und Einkaufsgewohnheiten hast du?

- Anna:** Ich mag gerne Burger, die schmecken mir einfach gut.
- Luca:** Ich finde Umweltschutz wichtig. Dazu gehört für mich auch der Einkauf auf dem Markt. Die Lebensmittel aus der Region müssen nicht so weit transportiert werden. Das schont die Umwelt.
- Finn:** Ich bin Sportler und achte auf gesunde Ernährung. Dazu gehört für mich auch frisch gekochtes Essen.
- Fabrizio:** Ich kaufe im Supermarkt eigentlich meistens Sachen, die ich aus der Werbung kenne. Das sind oft vorgefertigte Produkte, mit denen ich nicht viel Arbeit habe.
- Ahmet:** Ich bin gegen viele Zusatzstoffe allergisch. Daher kaufe ich lieber alle Zutaten für ein Gericht einzeln und kombiniere sie. So weiß ich, was in meinem Essen enthalten ist.
- Lucy:** Ich esse gerne Joghurt und Käse. Da kaufe ich oft Light-Produkte, denn die machen nicht so dick.

1. Ordne die Überschriften aus dem Notizzettel den richtigen Erklärungen zu. Formuliere dann die Erklärungen mit eigenen Worten in deine Mappe.
2. Nenne weitere Beispiele für Fast Food, Slow Food, Convenience und Light-Produkte.
3. Überlegt, welche Gründe es gibt, zu den unterschiedlichen Produkten zu greifen.

Hilfreiche Stichworte:

- Preis-Leistungs-Verhältnis
- Genuss
- Gesundheit
- Umweltbewusstsein

4. Beurteilt die Aussagen der Schüler im gelbem Kasten unter folgenden Aspekte: Kosten, Zeitaufwand, Geschmack, gesundheitliche Aspekte (Verträglichkeit usw.), Tagesablauf, Einkaufsquelle.
5. Wie sind deine Ernährungsgewohnheiten.  
Bewerte sie unter den genannten Aspekten von Aufgabe 4.