Arbeitsblatt zum Thema "Gluten"

kostenloser Download von https://unterricht.schule

Aufgabenstellung:

1. Fülle die Lücken mit den richtigen Wörtern aus!
2. Scanne den QR-Code zur Kontrolle!
3. Schreibe den Text in dein Heft ab!
4. Formuliere die Inhalte des Textes selbst!
   Nutze dazu alle Lückenwörter!

Gluten ist eine _____-Sorte, welche in den Samen vieler Getreidesorten vorkommt. Man nennt Gluten auch „_____“, weil es dafür sorgt, dass Getreide-Mehl beim Vermischen mit _____ zu einem gummiartigen und elastischen Teig verklebt. Auch das Brot wird dann weniger krümelig.

_____ mit besonders hohem Glutengehalt sind zum Beispiel Dinkel und Weizen. Roggen, Hafer und _____ enthalten ebenfalls Gluten. Getreidearten wie Hirse, Mais und Reis sind glutenfrei.

Die allermeisten _____ vertragen Gluten ohne Probleme. Einige wenige Menschen reagieren aber sehr _____ auf dieses Eiweiß: Bei ihnen kann sich durch Gluten der Darm entzünden. _____ nennen diese Krankheit „Zöliakie“. Wer sie hat, darf kein glutenhaltiges Getreide _____, und auch nichts, was aus solchem Getreide gemacht wurde: Also auch keine Brote aus _____, keine Pizza und keine Spaghetti. Er darf auch kein Bier trinken, denn _____ wird unter anderem aus Gerste hergestellt.

Für Menschen, die kein Gluten vertragen, ist die _____ schwierig. Sie müssen auf viele Nahrungsmittel verzichten und immer genau _____, was sie essen. Inzwischen gibt es aber auch viele Lebensmittel, die extra für Menschen mit _____ ohne Gluten zubereitet werden.

Mediziner | essen | Wasser | Ernährung | Eiweiß | aufpassen | empfindlich
Getreide | Bier | Gerste | Weizen | Menschen | Klebereiweiß | Zöliakie

Quellenangabe:

Artikel: Gluten (von Thomas Karcher, Thomas Schoch, Beat Rüst u.a.) - dort unter der Lizenz CC-BY-SA
https://klexikon.zum.de/index.php (https://klexikon.zum.de/index.php?title=Gluten&oldid=62123)