

Arbeitsblatt zum Thema "Eiweiß"

Aufgabenstellung:

1. Schreibe die Wörter in die richtigen Lücken!
2. Scanne den QR-Code, um zu überprüfen, ob alles richtig ist!
3. Schreibe den Text noch einmal ohne Fehler in dein Heft ab!



Eiweiß gibt es in unserem ganzen _____,
vor allem in den Muskeln und im Gehirn. Man nennt es auch Protein.

Viel _____ enthalten die folgenden Nahrungsmittel:

Fleisch, Fisch, Milch und alles, was daraus gemacht ist.

Auch _____, Bohnen und Eier enthalten recht viel Eiweiß.

Bei den Eiern werden die _____ schwierig:

Wenn man ein ungekochtes Ei aufschlägt,
findet man das Eiklar als schwabbelige _____.

Manchmal nennt man es auch Eiweiß, aber das ist verwirrend.

Man spricht deshalb besser von _____ anstatt von Eiweiß.

Beim Ei spricht man besser von Eiklar.

Es gibt sehr viele verschiedene _____ von Protein.

Sie sind wichtig für die Menschen wie Kohlenhydrate und _____.

Wer nicht genug Protein zu sich nimmt, kann krank werden.

Dank Protein können _____ heilen und neue Zellen wachsen.

Ohne Protein wächst man nicht gut und die _____ werden schwach.

Kinder brauchen mehr Protein als Erwachsene. In einer guten, abwechslungsreichen
_____ gibt es genug Protein. Vegetarier essen genug Protein durch Milch, Käse,

Jogurt, Eier, Nüsse und _____. Veganer hingegen essen gar nichts, was von Tieren
kommt. Sie müssen sich neben _____ und Bohnen weitere Nahrungsmittel suchen,
damit sie zu genügend Protein kommen.

Bohnen	Namen	Muskeln	Körper	Arten	Nüsse	Protein
Wunden	Masse	Nüssen	Ernährung	Eiweiß	Fette	