

Lees bij de volgende tekst eerst de vraag voordat je de tekst zelf raadpleegt.

Tekst 12

Die wichtigsten Lebensmittel im Check

Milch

Optik: Milch kann man nicht ansehen, ob sie qualitativ gut oder schlecht ist. Glasflaschen sind meist teurer als Tetrapacks – über die Qualität sagt das nichts.

Geschmack: Der Geschmack frischer Milch hängt vom Fettgehalt ab: je weniger, desto wässriger.

Gesundheit: Je mehr Omega-3-Fettsäuren in der Milch enthalten sind, desto gesünder ist sie. Leider wird der Omega-3-Gehalt nirgends angegeben.

Preis: Bio-Milch: ca. 1 Euro pro Liter, Discounter: ca. 50 Cent.

Fazit: In Deutschland gibt es viele sehr große Molkereien. Diese mischen in ihren Tanks Hunderttausende Liter verschiedener Höfe. Ob teuer oder billig ist egal. Ausnahme: Sie holen Milch direkt von einem Hof.

Obst und Gemüse

Optik: Die Produkte sollten saftig aussehen. Achtung: Manche Supermärkte besprühen die Ware mit Wasser, damit sie glänzt. Prüfen Sie die Festigkeit.

Geschmack: Am besten schmecken Obst und Gemüse bei kurzem Lieferweg. Regionale Produkte kaufen!

Gesundheit: Je kürzer der Weg vom Baum/Feld in Ihren Einkaufskorb, desto mehr Vitamine stecken drin.

Umwelt: Meiden Sie Flugware wie Mangos. Die Beförderung belastet die Umwelt stark.

Preis: Geld sparen kann man bei sogenannter B-Ware (krumm, aber frisch).

Fazit: Gutes Gemüse und Obst müssen nicht teuer sein. Regional ist oft besser und billiger als Bio.



Brot

Optik: Eine knackige Kruste und eine unregelmäßige Form deuten auf Handarbeit hin, eine unnatürliche Färbung und geringes Gewicht auf Aufbackware. 70% unseres Brotes kommen aus der Fabrik.

Geschmack: Brot muss duften, Mehlsorten müssen klar zu schmecken sein.

Gesundheit: In Fertigware stecken Stoffe, die das Brot haltbar oder geschmackvoll machen. Nicht ungesund, aber eben Chemie.

Umwelt: Plastikverpackungen für Aufbackware aus Fabriken und Lkw-Touren zu Supermärkten belasten die Umwelt. Der Bäcker backt und verkauft an einem Ort – in Papiertüten.

Preis: Brötchen vom Bäcker: ca. 35 Cent, Supermarkt: ca. 25 Cent, Discounter: ca. 15 Cent.

Fazit: Kaufen Sie beim Bäcker, der noch selbst backt! So stirbt das Handwerk nicht aus und Sie bekommen was für Ihr Geld.

Butter

Optik: Butter sollte im Sommer etwas mehr Farbe haben als im Winter. Grund: Kühe, die draußen weiden dürfen, ernähren sich im Sommer anders. Achten Sie auf das Label „Ohne Gentechnik“. Gute Butter lässt sich gut streichen.

Geschmack: Auf keinen Fall darf die Butter ranzig schmecken.

Gesundheit: Vitamin A, E, D und K sind in Butter enthalten. Sie schützen unsere Zellen.

Preis: Supermarkt: Bio-Butter: ca. 1,80 Euro, Discounter: ca. 1 Euro.

Fazit: Wenn es um die Qualität geht, ist bei Butter aus dem Supermarkt der Preis nebensächlich.

naar: www.bild.de, 19.03.2014

Lees bij de volgende opgave eerst de vraag voordat je de bijbehorende tekst raadpleegt.

Tekst 12 Die wichtigsten Lebensmittel im Check

- 2p 41 Geef van elk van de volgende beweringen aan of deze wel of niet overeenkomt met de tekst.
- 1 Melk uit een glazen fles smaakt beter dan melk uit een pak.
 - 2 Biologisch fruit is beter van kwaliteit dan niet-biologisch fruit.
 - 3 Van smaak- en conserveringsstoffen in brood kun je op den duur ziek worden.
 - 4 Voor boter geldt: hoe geler, hoe lekkerder.
- Noteer achter elk nummer op het antwoordblad telkens 'wel' of 'niet'.

Bronvermelding

Een opsomming van de in dit examen gebruikte bronnen, zoals teksten en afbeeldingen, is te vinden in het bij dit examen behorende correctievoorschrift, dat na afloop van het examen wordt gepubliceerd.