

Wie viele kg Reis werden in der Schweiz pro Kopf jährlich konsumiert?

12kg 18kg 24kg

24 kg

Wie viele kg Kartoffeln werden in der Schweiz pro Kopf jährlich konsumiert?

43kg 53kg 63kg

43 kg

Wie viele kg Teigwaren werden in der Schweiz pro Kopf jährlich konsumiert?

20kg 40 kg 60kg

40 kg

Wie viele Portionen Getreide, Kartoffeln und Hülsenfrüchte solltest du im Tag essen?

3 – 4 Portionen pro Tag

Woraus macht man Popkorn?

Maiskörner (spezielle Sorte)

Welches Getreide braucht es für Ovamaltine und Bier?

Weizen Roggen Gerste

Gerste (gesotten = Malz)

Welches Getreide braucht es für Ovamaltine und Bier?

Weizen Roggen Gerste

Gerste (gesotten = Malz)

Welcher Bestandteil von z.B. Weizen, Roggen, Dinkel, Hafer ist für die Krankheit Zöliakie verantwortlich?

Gluten = Kleebeiwiss

Dürfen Zöliakiepatienten Reis, Mais, Hirse essen?

Ja, enthalten andere Eiweisse

Welcher Nährstoff bildet den Hauptbestandteil von Brot?

Kohlenhydrate

In welchem Land wurden die Nudeln erfunden?

Wie heissen schmale Bandnudeln aus Hartweizengriess?

Cannelloni Tortellini Tagliatelle

China

Tagliatelle

Wie viel Reis essen Asiaten durchschnittlich im Tag?

Wie alt sind die ältesten Reissfunde?

250 gr 500 gr 1000 gr

600 6000 60000 Jahre

ca. 250 gr

6000 Jahre

Woher kommen ursprünglich die Kartoffeln?

**Die Kartoffeln werden in 3 Kochtypen eingeteilt:
Fest kochend, - vorwiegend fest kochend und?**

Südamerika Südafrika Neuseeland

Mehlig kochend

Südamerika (Andenhochländer)

Auf welchem Kontinent ist Reis das Hauptnahrungsmittel?

Was ist in Afrika das Hauptnahrungsmittel?

Weizen Mais Hirse

Asien

Hirse

Sind Getreidearten kultivierte Gräser oder kultivierte Stauden?

Vor wie vielen Jahren wurde in Ägypten das erste Brot (Fladenbrot) gebacken?

30 300 3000 Jahre

Kultivierte Gräser

ca. 3000 Jahre

Von welchem Brotgetreide wurde 2010 in der Schweiz die grösste Menge angebaut?

Weizen Roggen Dinkel

Weizen

Welche Brotsorte hat am wenigsten Kalorien pro 100 gr?

Vollkornbrot Zwieback Butterzopf

Vollkornbrot

Wie viele amtlich registrierte Kartoffelsorten gibt es weltweit?

2000 200 20

2000

Die teuerste Kartoffel der Welt „La Bonotte“ wird in Noirmoutier an der franz. Atlantikküste angebaut. Wie viel kostet 1 kg?

50 250 500 Euro

500 Euro

Wie viele Reissorten existieren heute ?

4000 8000 12000

8000

Welches Nahrungsmittel trägt Namen wie Jasmin, Arborio, Basmati?

Reis

Welches Nahrungsmittel trägt Namen wie Amandine, Charlotte, Désirée?

Kartoffel

Wie heisst die richtige Bissfestigkeit für Pasta?

Al dente

Wie heisst das bekannte Hartweizengericht aus Marokko?

Couscous Falafel Paella

Couscous

Aus welchem Nahrungsmittel sind Falafel gemacht?

Kichererbsen Mais Gerste

Kichererbsen

Welche unverdaulichen Bestandteile liefern Vollkornprodukte?

Nahrungsfasern

Welches ist weltweit das wichtigste Getreide?

Weizen

Was braucht es noch für die Brotherstellung ausser Mehl, Triebmittel und Salz?

Flüssigkeit

Welche Aufgabe hat Hefe im Teig?

Lockierung, Triebmittel

Welche Vitamingruppe ist im Weizenbrot am stärksten vertreten?

A B C

B - Vitamine

Was findest du in der Frucht- und Samenschale eines Weizenkorns neben Mineral- und Ballaststoffen?

Vitamine

Aus welchem Getreide wird Porridge hergestellt?

Hafer

Was ist Backhefe?

Gewürz Pilzkultur

Pilzkultur

Welche Eiweissart aus dem Getreide ist für das Gelingen eines Gebäcks besonders wichtig?

Klebereiweiss Färbereiweiss

Klebereiweiss

Wie sind die Kohlenhydrate in Getreide, Mais, Reis und Kartoffeln aufgebaut?

Mehrfach- Zweifach- Einfachzucker

Mehrfachzucker (Polysaccharide)

Welche Frucht ist keine Birne?

Gute Luise Idared Kaiser Alexander

Welche Frucht hat nicht im Sommer Saison?

Kiwi Erdbeere Kirsche

Welche Frucht gehört nicht zum Steinobst?

Nektarine Zwetschge Melone

Wie viele kg Äpfel werden in der Schweiz pro Kopf und Jahr gegessen?

7.6kg 11.6 kg 15.6 kg

Wie viele Portionen Früchte und Gemüse solltest du im Tag essen?

Wie nennst du die Obstart, zu der folgende Früchte gehören?

Limette Mandarine Grapefruit

Nektarinen sind Kreuzungen aus Pflaumen und?

Mandarinen Pfirsichen Kirschen

Von welchem Kontinent stammt ursprünglich die Birne?

Wie viele verschiedene Apfelsorten gibt es weltweit?

Wie heisst die Gruppe der sehr säurereichen Apfelsorten, welche „geschüttelt“ geerntet werden?

Rüebli sind gut für die Augen,
welches Vitamin sorgt dafür?

A B C

Ist Rhabarber eine Frucht oder
ein Gemüse?

Welches Gemüse hat im Som-
mer keine Saison?

Peperoni Schwarzwurzel Tomate

Welches ist kein Wurzelgemü-
se?

Rüebli Sellerie Rosenkohl

Welches Gemüse ist kein Blatt-
gemüse?

Spinat Kopfsalat Lauch

Welche Farbe hat die Kaki?

Wie viele Gemüsearten werden
in der Schweiz produziert?

100 200 300

Was sind Basilikum, Dill, Salbei,
Rosmarin, Petersilie usw.?

Wie viele Tonnen Rüebli wurden
2010 in der Schweiz angebaut?

20`500T 60`200T 90`700T

Unter welchem Namen ist die
Eierfrucht auch bekannt?

Aubergine Peperoni Tomate

Welches Gemüse darf nicht als Rohkost verzehrt werden?

Chinakohl Aubergine Kohlrabi

Aubergine (giftiger Inhaltsstoff Solanin)

Was gehört nicht in die Familie der Nachtschattengewächse?

Tomate Erdbeere Kartoffel

Erdbeere (Rosengewächs)

Was sind Calcium, Eisen, Magnesium?

Mineralstoffe

Welches Nahrungsmittel hat Namen wie Blue Banana, Snowman, Sweet Mama?

Kürbis

Aus welchem Gemüse wird „Waldorfsalat“ zubereitet?

Sellerie

Bei welcher Zubereitungsart werden Gemüse und Früchte nicht gegart?

Rohkost

In welche Stufe in der Lebensmittelpyramide gehören Beeren?

2. Früchte und Gemüse

Wo hat das „Kürbisfest“ Halloween seinen Ursprung?

Auf den britischen Inseln

Was sind Shiitake, Kräuterseitlinge, Champignons?

Zuchtpilze

Der Gehalt an welchem Vitamin ist bei Petersilie, Schnittlauch und Kresse hoch?

A B C

C

Welcher Kanton in der Schweiz wird als Mostindien bezeichnet?

Thurgau

In welchem Kanton werden am meisten Aprikosen produziert?

Wallis

Aus welcher Frucht wird Maracujasaft gewonnen?

Mango Orange Passionsfrucht

Was liefern Früchte nicht?

Mineralstoffe Fette Vitamine

Ein anderes Wort für lebensnotwendige Inhaltsstoffe?

essenzielle potenzielle kommerzielle

Vitamine werden in 2 Gruppen eingeteilt, wasserlösliche und?

Fette

Welches ist ein besonders guter Vitamin-C-Lieferant?

Nuss Orange Banane

Welche Farbe haben Heidelbeeren?

gelb rot blau

Was ist eine Apfelsine?

Lagerapfel Banane Orange

Was ist ein Schlauchapfel?

Banane Kürbis Mostapfel

Orange

Banane

Wie viele Portionen Milch und Milchprodukte sollte man im Tag zu sich nehmen?

3 Portionen

Was liefern uns Milch und Milchprodukte ganz besonders viel?

Kalzium Vitamine Ballaststoffe

Wie viele Portionen Fleisch, Fisch, Eier, Tofu sollten im Tag gegessen werden?

1 Portion

Was stärkt Kalzium?

Augen Immunsystem Knochen

Wie heisst das „Gelbe“ im Ei?

Kalzium

Dotter

Wie wird die artgerechteste Haltung von Legehennen bezeichnet?

Boden- Freiland- Käfighaltung

Freilandhaltung

Hat es im Eiweiss oder im Ei-gelb mehr Protein (Eiweiss)?

Eigelb (Dotter)

Welches Vitamin finden wir nicht im Hühnerei?

A B₁ C

Knochen

C

Welche krankmachenden Keime können in Eiern übermässig vorhanden sein?

Sardellen Salmonellen Salomonen

Salmonellen

Was sind Proteine?

Eiweiss

Wie ist teilentrahmte Milch an-
geschrieben?

Was haben Menschen, welche
Milchzucker nicht vertragen?

Zöliakie Laktoseintoleranz Grippe

Milchdrink

Laktoseintoleranz

Was wird der Milch zugeführt,
dass Joghurt daraus wird?

Wie heisst die fettreiche
Schicht, welche sich beim Ste-
hen lassen von Frischmilch an
der Oberfläche sammelt?

Milchsäurebakterien Fett Maizena

Butter Kefir Rahm

Milchsäurebakterien

Rahm

Wie heisst die fettarme Milch,
welche als Nebenprodukt bei
der Butterherstellung entsteht?

Wie viel Milch wird in der
Schweiz im Jahr pro Kopf ge-
trunken?

Pastmilch Energy-Milch Buttermilch

90 l 180 l 360 l

Buttermilch

90 Liter

Wie viele Liter Milch liefert eine
Kuh durchschnittlich im Tag?

Das Wort Joghurt heisst so viel
wie „gegorene Milch“ und
stammt aus welcher Sprache?

24 l 36 l 48 l

Russisch Arabisch Türkisch

24 Liter

Türkisch

Zu welcher Käsesorte gehören
unter anderem Quark, Hütten-
käse, Ricotta, Feta?

Wie heisst heute der körnige
Frischkäse, welchen schon die
alten Ägypter und Griechen
liebten?

Frischkäse Hartkäse Fleischkäse

Frischkäse

Hüttenkäse (Cottage Cheese)

Wenn in einem Rezept Topfen steht, kaufen wir in der Schweiz welches Produkt?

Quark Butter Kaffeerahm

Quark

Wie heisst der italienische Frischkäse, welcher auf keiner Pizza fehlen darf?

Mozzarella

Wie viele Käsesorten werden in der Schweiz produziert?

ca. 250 450 650

Von welchem wichtigen Nährstoff hat Käse mit langer Reifung mehr als alle andern Nahrungsmittel?

Kalzium Laktose Vitamine

Kalzium

Ca. 450

Welcher gesundheitliche Probleme auslösende Nährstoff ist in lange gereiftem Käse abgebaut?

Kalzium Laktose Vitamine

Laktose

Wie viele Liter frische Milch braucht es für die Herstellung von 1 kg Käse?

Ca. 3 l 6 l 10 l

Ca. 10 Liter

Das Geheimnis von welchem typischen Schweizer Käse ist älter als die Schweiz?

Leerdamer Appenzeller Brie

Appenzeller (1282)

Wie viel Käse wurde 2009 in der Schweiz pro Kopf gegessen?

12.8 kg 18.2 kg 21.4 kg

21.4 kg

Welchen Herstellungsprozess braucht Frischkäse im Gegensatz zu anderem Käse nicht?

Reifung Gerinnung Verpackung

Reifung

Wie heisst das typische Schweizer Käsegericht, bei welchem Brotwürfel in der heißen Käsemasse getunkt werden?

Fondue

Zu welcher Fleischgruppe gehören Salami, Cervelat, Mortadella?

Wurstwaren

Zu welcher Fleischgruppe gehören Pouletbrust, Trutenschinken, Straussenfilet?

Geflügel

Der vegetarische Eiweissspender Tofu besteht aus welchem Nahrungsmittel?

Sojabohnen

Zu welcher Fischgruppe gehören Lachs, Heilbutt, Thunfisch?

Seefische (Meer)

Wie nennt man das Verfahren, wenn durch kurzzeitige Erhitzung der Milch die Mikroorganismen weitgehend abgetötet werden?

Pasteurisieren

Welches Tier liefert Schinken?

Schwein

Sonnenlicht und welches Vitamin helfen, dass Kalzium vom Körper aufgenommen werden kann?

Vitamin D

In welchem Lebensraum findest du Saibling, Forelle, Egli, Hecht?

Süßwasser

Von welchem Stoff sind Milch, Fleisch, Fisch, Eier, Tofu die Hauptlieferanten in unserer Ernährung?

Eiweiss (Protein)

Was steht auf der Milchpackung, wenn sämtliche Keime abgetötet wurden und die Milch nicht mehr gekühlt werden muss?

UHT

Wie viel Zucker ist in 100 gr
M&M's enthalten?

26.3 gr 53.6 gr 78.2 gr

53.6 gr

Welche Pflanze wird in der
Schweiz für die Zuckergewin-
nung angebaut?

Zuckerrohr Zuckerrübe Zucker-
mais

Zuckerrübe

Wie viel Zucker wurde 2009 in
der Schweiz pro Kopf verzehrt?

44 kg 66 kg 88 kg

44 kg

Wann wurde der Zuckergehalt
in Zuckerrüben entdeckt?

1291 1747 1921

1747

Zucker ist in der obersten Stufe
der Lebensmittelpyramide, es
ist nicht nur Nahrungsmittel
sonder auch was?

Genussmittel Schlafmittel Medizin

Genussmittel

Welche Aufgabe hat Zucker in
Konfitüre nicht?

färben konservieren süssen

färben

Welche Pflanze dient heute für
 $\frac{3}{4}$ der Weltzuckerproduktion?

Zuckerrohr Zuckermais Zucker-
rübe

Zuckerrohr

Was ist Zuckerrohr?

Gras Wurzel Ast

Bambusartiges Gras

In welchem Klima gedeiht Zu-
ckerrohr?

kühl und feucht heiss und tro-
cken heiss und feucht

Heiss und feucht

Wie heisst der grobkörnige Zu-
cker?

Hagelzucker Schneezucker
Graupelzucker

Hagelzucker

Wie viele Liter sollte man über den Tag verteilt trinken?

1.5 bis 2 Liter

Wie viele Liter Flüssigkeit braucht der Körper täglich (inkl. Getränke)?

2 bis 3 Liter

Wie lange kann ein Mensch ohne Wasser (Flüssigkeit) überleben?

3 Tage

Der Körper eines Erwachsenen besteht zu wie viel % aus Wasser?

40% 60% 80%

60%

Wie schwer ist 1 Liter Wasser?

0.9 kg 1 kg 1.2 kg

1 kg

Sollte ein an Grippe erkrankter Mensch weniger, gleich viel oder mehr trinken als ein gesunder?

Mehr

Wie viel Fruchtanteil enthält reiner Fruchtsaft?

100% Fruchtanteil

Wie viel Fruchtanteil enthält Fruchtnektar?

25-50%, Rest Wasser und Zuckerarten

Wie viel Fruchtanteil enthält Limonade?

4-15%, Rest Wasser und Zuckerarten

Wie viele Würfel Zucker enthält 5 dl Cola?

12 Stk 18 Stk 24 Stk

12 Stück

Wie gross ist der Wasseranteil bei Milch?

72% 86% 92%

98%

Wie gross ist der Wasseranteil bei einem Ei?

28% 48% 68%

48%

Wie viele Liter Trinkwasser verbrauchst du im Tag für die Toilettenspülung?

28L 48L 68L

48 Liter

Wie viele PET-Getränkeflaschen werden jährlich weltweit produziert?

150`000 150 Mio 150 Mia

150 Milliarden

Wann wurde die Alu-Getränkedose erfunden?

Anfangs: 1930 1940 1960

Anfangs 1930

Wie gross ist der Wasseranteil bei Brot?

20% 30% 40%

40%

Wie viele Liter Trinkwasser werden in der Schweiz im Tag pro Einwohner verbraucht?

162L 192L 222L

162 Liter

Wie viele Millionen Liter Mineralwasser wurden 2011 in der Schweiz abgefüllt?

280 Mio. L 420 Mio. L 590 Mio. L

590 Mio. Liter

Wie viele Liter Mineralwasser wurde 2011 in der Schweiz pro Kopf verbraucht?

55L 88L 111L

111 Liter

Welcher Kräutertee enthält Koffein?

Baldriantee Pfefferminztee Matetee

Matetee

Wie heisst Mineralwasser ohne Kohlensäure?

Wie viel Wasser ist in 100 g Gummibärchen?

0 g 9 g 18 g

Stilles Wasser

18 g

Wie viel Wasser ist in 100 g Schokolade enthalten?

Wie viel Wasser enthalten 100 g Banane?

1 g 10 g 30 g

43.3 g 68.5 g 74.8 g

1 g

74.8 g

In welchem Jahr wurde Coca-Cola erfunden?

Für welchen Zweck wurde Coca-Cola erfunden?

1886 1907 1936

Reinigungsmittel Süssgetränk Medizin

1886

Medizin

Wie viele Äpfel braucht es für 1 Liter reinen Apfelsaft?

Welches ist neben Baustoff, Lösungs- und Transportmittel die 3. wichtige Aufgabe von Wasser im Körper?

0.9kg 1.3kg 2.8kg

1.3 kg

Wärmerregulator

Welches Mineralwasser kommt nicht aus einer schweizer Quelle?

In welche Stufe der Nahrungsmittelpyramide gehört Wasser?

Valser Wasser Henniez San Pellegrino

San Pellegrino (Italien)

1. Stufe

Wo wird Powder angebaut?

Afrika Schweiz China

Was ist Sencha?

Grünteesorte Mineralwasser
aus Spanien Kaffeesorte

China (Grüntee-Sorte)

Meistgetrunkenen Grüntee in Japan

Über welches Organ scheidet
der Mensch am meisten Wasser
aus?

Wie viel Wasser scheidet ein
Erwachsener an einem Tag, bei
normaler Aktivität, über die
Lunge und Haut aus?

ca. 0.5L ca. 0.7L ca. 0.9L

Niere

Ca. 0.9 Liter

Welchen Punkt erreicht das
Wasser bei 0° Celsius?

Der Siedepunkt von Wasser bei
normalem Atmosphärendruck
ist bei wie viel Grad Celsius?

Gefrierpunkt

100° C

Wie nennt man den Prozess,
wenn Wasser Inhaltsstoffe aus
den Nahrungsmitteln heraus-
löst, z.B. bei Tee?

Welches Gefühl signalisiert,
dass man trinken soll?

pasteurisieren extrahieren zelebrieren

Durst

Extrahieren

Welcher Schmerz kann signali-
sieren, dass zu wenig getrun-
ken wurde?

Wie gross ist der Wasseranteil
bei einer Gurke?

53% 78% 96%

Kopfschmerz

96 %

Wie viele Nüsse sollte man im Tag essen?

1 Handvoll

Welche Menge Öl im Tag ist für die Nahrungszubereitung gut?

2 Esslöffel

Welche Buttermenge im Tag ist gesund?

Wie viele Liter Milch braucht es für 1 kg reine Butter?

6 l 14 l 25 l

10 gr

Welches ist das einzige Streichfett, welches ausschliesslich aus Milchrahm hergestellt wird?

Butter

25 Liter

Was wird Butter neben Eiweiss entzogen, damit Bratbutter entsteht?

Salz Kalzium Wasser

Wasser

Zerbrechliche Gegenstände wurden im Mittelalter für den Transport in Butter eingegossen. Welche Redewendung die aussagt, dass alles i.O. ist stammt daher?

„Alles in Butter“

Auf welcher Stufe der Lebensmittelpyramide stehen Öle, Fette und Nüsse?

5. Stufe

Ein anderer Name für Baumnuss ist?

Walnuss

Wie gross ist der Fettanteil von Baum-, Hasel-, Erdnüssen und Mandeln?

20-40% 40-60% 60-80%

40-60%

Aus welchem Teil der Sonnenblume wird das Sonnenblumenöl gewonnen?

Stiel Kerne Blütenblätter

Kerne

Für welche Zubereitungsart sollten die „kalt gepressten“ Öle verwendet werden?

braten dämpfen Rohkost

Rohkost

Welches ist der grösste Speiseöllieferant in der Schweiz?

Baumnuss Sonnenblume Raps

Raps

In 100 gr Eiklar ist 0.1 gr Fett enthalten, wie viel in 100gr Eigelb?

5.9 gr 18.9 gr 31.9 gr

31.9 gr

Wie viel Fett ist in 100 gr Pringels enthalten?

12 gr 34 gr 63 gr

34 gr

Woraus wird Olivenöl gewonnen?

Fruchtfleisch Fruchtstein
Blätter

Fruchtfleisch



Welches Öl wird aus den Samen dieser Pflanze gewonnen?

Rapsöl

Wie viel Fett ist in 100 gr. frittierten Pommes enthalten?

7.5 gr 10.5 gr 14.5 gr

14.5 gr

Wie viel Fett ist in 100 gr M&M's enthalten?

15.4 gr 25.4 gr 35.4 gr

25.4 gr

Wie viel Fett ist in 100 gr Salami enthalten?

13 gr 33 gr 53 gr

33 gr

Wie viel Fett ist in 100 gr Trutenbrust enthalten?

1 gr 13 gr 35 gr

1 gr

Wie nennt man Fett, welches aus Schweinespeck gewonnen wird?

Butter Kernöl Schmalz

Schmalz

100 gr grüne Oliven enthalten 14 gr Fett, wie viel Fett ist in 100 gr schwarzen Oliven?

13.8 gr 35.8 gr 57.8 gr

35.8 gr

Wie viel Fett enthalten 100 gr Salzstängeli?

3 gr 23 gr 53 gr

3 gr

Wie muss Olivenöl aufbewahrt werden? Gut verschlossen, kühl und?

auf dem Kopf liegend dunkel

Dunkel

Was ist Tran?

Pflanzenöl Fischöl Brotaufstrich

Fischöl

Wie viel Fett ist in 100 gr Avocado enthalten?

8 gr 20 gr 37 gr

20 gr

Wie gross ist der Fettanteil in einem Gipfeli?

5 % 20 % 50 %

20 %

Welche Eigenschaft hat Rizinusöl?

abführend verjüngend wachstumsfördernd

Abführend

Was sind ätherische Öle?

Kraftstoffe Duftstoffe Treibstoffe

Duftstoffe

Welches Vitamin liefern uns Öle, Fette und Nüsse?

Vitamin E

Welche Konsistenz bei Zimmertemperatur haben Fette?

Fest

Welches sind die essentiellen Fettsäuren?

gesättigte einfach ungesättigte
mehrfach ungesättigte

Mehrfach ungesättigte Fettsäuren

Was bedeutet „ranziges“ Öl und Fett?

Verdorben gibt Fettpolster am Bauch
gibt Durchfall

Verdorben

Welches sind keine fettlöslichen Vitamine?

A B D K

B-Vitamine

Welche Konsistenz bei Zimmertemperatur haben Öle?

Flüssig

Welche Substanz enthalten Öle, Fette und Nüsse in besonderem Mass?

Fettsäure

Für was werden die Bezeichnungen Omega-3 und Omega-6 verwendet?

Fettsäuren Fettmarken Ölkonsistenz

Fettsäuren

Der Energiegehalt von Fett steht in welchem Verhältnis zu dem von Kohlenhydraten und Eiweiss?

Halb so gross gleich gross mehr als
doppelt so gross

Mehr als doppelt so gross

Wie gross ist bei einem Mann durchschnittlich das Fettdepot im Unterhautgewebe, bezogen auf die Körpermasse?

15 % 25 % 35 %

15 %

Wo wurde ursprünglich vor
über 1400 Jahren die Kakao-
bohne entdeckt?

Mexiko Indien Spanien

Mexiko (Mittelamerika)

In welchem Land entstand die
erste feste Schokolade?

Spanien Schweiz Italien

Italien

Wie viel Schokolade wurde
2012 pro Kopf in der Schweiz
gegessen?

11.9 kg 23.5 kg 47.2 kg

11.9 kg

Was fehlt in weisser Schokola-
de?

Kakao Kakaobutter Zucker

Kakao

Was ist in Kaffee, Tee und Ka-
kao enthalten?

Koffein Vitamine Nährstoffe

Koffein

Aus welchem Teil vom Kakao-
baum wird Kakao gewonnen?

Wurzel Fruchtfleisch Bohne

Bohne

Wer eröffnete 1819 in der
Schweiz die erste Schokola-
denmanufaktur?

François-Luis Cailler Philippe Su-
chard Jean Tobler

François-Luis Cailler

Für welches importierte Rohma-
terial einer Haselnussschokola-
de musste 2012 der höchste
Preis bezahlt werden?

Kakaobohnen Zucker Haselnüsse

Haselnüsse

Wie nennt man dunkle Schoko-
lade mit mindestens 50 % Ka-
kaomasse?

Pralinen Zartbitterschokolade
Milchschokolade

Zartbitterschokolade

Haben 100 gr getrocknete
Fruchstücke mehr oder weni-
ger Zuckergehalt als 100 gr fri-
sche?

Mehr

Wie viele Würfel Zucker sind in einem Mars (58gr)?

3 7 10

10 Stück (40 gr)

Wie viel Zucker ist in einer Portion (40 gr) Ketchup?

4.6 gr 9.5 gr 17.6 gr

Wie viele Würfel Zucker sind in 100 gr Gummibärchen enthalten?

8.5 19.5 26.5

19.5 (78 gr)

Wie viel Zucker ist in einer Dose Prix Garantie Energy-Drink (250 ml)?

10 gr 30 gr 50 gr

9.5 gr

30 gr

Wie viel Zucker steckt in einem Carameljoghurt (180 gr)?

30.6 gr 53.7 gr 67.3 gr

30.6 gr

Wie viel Zucker steckt in 100 gr Pringels?

0 gr 1.4 gr 10.8 gr

1.4 gr

Wie viel Zucker steckt in 100 gr Milkschokolade?

22 gr 48 gr 64 gr

48 gr

Wie viel Zucker steckt in einer Kindermilchschnitte (28 gr)?

2.4 gr 5.7 gr 8.3 gr

8.3 gr



Was bedeutet dieses Bild auf einer Verpackung?

Wie viel Zucker hat es in 2 dl Lipton Ice Tea?

6 gr 12 gr 18 gr

Zahnschonende Süßware

12 gr

Welche Aufgabe hat Zucker in der Nahrungszubereitung nicht?

Vitaminlieferant Füllstoff
Süssstoff

Vitaminlieferant

Welches Süßungsmittel enthält Mineralstoffe und geringe Mengen Vitamine?

Rohrzucker Honig Kandiszucker

Honig

Warum ist übermässiger Zuckerkonsum für die Zähne schädlich? Es führt zu

mehr Zähnen grösseren Zähnen
Karies

Karies

Welches Organ kann die Geschmacksrichtung „süss“ erkennen?

Nase Zunge Zähne

Zunge

Was liefern Süsstoffe wie Saccharin, Acesulfam K, Aspartam nicht?

Energie Süsskraft

Energie

Wie viel Zucker sollte im Tag nicht überschritten werden?

60 gr 100 gr 150 gr

60 gr

Welches ist der medizinische Begriff für Zuckerkrankheit?

Diabetes Asthma Zöliakie

Diabetes

Warum ist übermässiger Zuckerkonsum für den Körper schädlich? Es führt zu

Übergewicht Wachstumsstopp
Haarausfall

Übergewicht

Wie nennt man gerösteten Zucker?

Sirup Honig Karamell

Karamell

Was haben salzige Knabbereien meist zuviel?

Fett Zucker Vitamine

Fett