

**TEIL A.****TEXT****SUPERFOOD GRÜNKOHL?**

Hör dir den Text an.

**AUFGABE zum Text.****I. Was ist was? Ordne den Namen dem Bild zu.****Rosenkohl****Grünkohl****Blumenkohl****Rotkohl****II. Finde die Übersetzung und verbinde die Wörter.**

- a) *ernten*
- b) *die Nährstoffe*
- c) *niedrig*
- d) *die Pflanzenstoffe*
- e) *der Stoffwechsel*
- f) *sich verwandeln in Akk.*
- g) *um Längen schlagen*
- h) *das Schälchen*
- i) *das Eisen*
- j) *die Omega-Fettsäure*

- превосходить
- питательные вещества
- низкий
- превращаться в
- растительные вещества
- железо (хим. элемент)
- собирать урожай
- метаболизм (обмен веществ)
- Омега-3 жирные кислоты
- порция, мисочка

**III. Wie aufmerksam warst du? Wähle die richtige Variante.**

1. *Grünkohl wird im Sommer geerntet.*

- a) Ja, das stimmt.
- b) Nein, das habe ich nicht gehört.
- c) Es gab keine Information darüber.

2. *Durch die niedrigen Temperaturen der Erntezeit entsteht im Grünkohl ein salziger Geschmack.*

- a) Ja, das habe ich gehört.
- b) Nein, das habe ich nicht gehört.
- c) Es gab keine Information darüber.

3. Spanier, Portugiesen, Briten und Niederländer haben den Grünkohl auf den amerikanischen Kontinent eingeführt.
- a) Ja, das habe ich gehört.
  - b) Nein, das habe ich nicht gehört.
  - c) Es gab keine Information darüber.
4. Grünkohl gehört zu den nährstoffreichsten Lebensmitteln auf unserem Planeten.
- a) Ja, das habe ich gehört.
  - b) Nein, das habe ich nicht gehört.
  - c) Es gab keine Information darüber.
5. Grünkohl hat mehr Nährstoffe als Spinat.
- a) Ja, das habe ich gehört.
  - b) Nein, das habe ich nicht gehört.
  - c) Es gab keine Information darüber.
6. Nur Orangen haben mehr Vitamin C als Grünkohl.
- a) Ja, das habe ich gehört.
  - b) Nein, das habe ich nicht gehört.
  - c) Es gab keine Information darüber.
7. Für Vegetarier und Veganer ist Grünkohl wegen seines Gehalts an Eisen und Omega-Fettsäuren ein wichtiges Lebensmittel.
- a) Ja, das habe ich gehört.
  - b) Nein, das habe ich nicht gehört.
  - c) Es gab keine Information darüber.
8. In den USA ist Grünkohl als „Kale“ bekannt und gilt als Superfood, das gern in Smoothies getrunken wird.
- a) Ja, das habe ich gehört.
  - b) Nein, das habe ich nicht gehört.
  - c) Es gab keine Information darüber.
9. Der Grünkohl, Braunkohl oder Krauskohl gehört zur Familie der Kreuzblütengewächse.
- a) Ja, das habe ich gehört.
  - b) Nein, das habe ich nicht gehört.
  - c) Es gab keine Information darüber.

#### **IV. Welche Präposition passt? Füge die richtige Präposition ein.**

auf bei zu wegen durch in an aus unter

1. Grünkohl gehört in Norddeutschland fest \_\_\_\_\_ den Speiseplan.
2. Die niedrigen Temperaturen \_\_\_\_\_ dieser Zeit sind der Grund dafür, dass Grünkohl etwas süßlich schmeckt.
3. \_\_\_\_\_ die Kühle wird der Stoffwechsel der Pflanze verlangsamt.
4. Der Gehalt \_\_\_\_\_ Eisen und Omega-Fettsäuren macht Grünkohl zu einem wichtigen Bestandteil fleischloser Ernährung.
5. Der Kale-Smoothie ist in den USA wohl der Berühmteste \_\_\_\_\_ den grünen Smoothies.

#### **V. Schreibe das Adjektiv mit der richtigen Endung.**

1. die niedrig\_\_\_\_ Temperaturen
2. seit ein\_\_\_\_ ganz\_\_\_\_ Weile
3. macht zu ein\_\_\_\_ wichtig\_\_\_\_ Bestandteil
4. ein ziemlich angesagt\_\_\_\_ Superfood
5. unter den grün\_\_\_\_ Smoothies
6. als ein\_\_\_\_ groß\_\_\_\_ Orange
7. gehört zu den nährstoffreichst\_\_\_\_ Lebensmitteln
8. nach dem erst\_\_\_\_ Frost
9. den gesund\_\_\_\_ Spinat
10. ein klein\_\_\_\_ Schälchen roh\_\_\_\_ Grünkohl