Name ............................................................ Klasse ............. Datum ......................

**Obst & Gemüse**

**9. Arbeitsblatt Obst & Gemüse**

**Der Vitamin C-Test**

Suche dir einen Partner oder eine Partnerin und macht den folgenden Versuch gemeinsam.

1. Messt den Vitamin C-Gehalt einer rohen Paprika im Vergleich zu einer gekochten Paprika. Dazu bekommt ihr Vitamin C-Teststäbchen.

Die rohe Paprika findet ihr auf Teller A, die gekochte Paprika auf Teller B.

So geht’s:

* Nehmt je einen Streifen/ein Stück von der rohen Paprika und einen von der gekoch- ten Paprika.
* Haltet das Vitamin C-Teststäbchen eine Sekunde auf die Schnittfläche der ro- hen Paprika. Achtet dabei darauf, dass ihr das farbige Viereck vollständig auf die Schnittfläche drückt!
* Wartet 10 Sekunden.
* Ordnet der Farbe auf dem Stäbchen eine Farbe der Skala auf dem Röhrchen zu. Schaut euch die Farbe genau an. Lest die entsprechende Zahl (Vitamin C-Gehalt) ab und tragt sie in die Tabelle unten ein.
* Führt die gleiche Messung bei der gekochten Paprika durch.

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Messwert** |
| Paprika, roh |  |
| Paprika, gekocht |  |

1. Diskutiere die Ergebnisse deiner Messung und kreuze bei den folgenden Lebensmit- teln jeweils das an, das deiner Meinung nach am meisten Vitamin C enthält!

Apfel, ungeschält, roh Apfelmus

Erdbeeren, roh

Erdbeerkonfitüre

1. In welcher Form enthält Obst und Gemüse besonders viel Vitamin C?
2. Was bedeutet das für deine Ernährung?

Hessisches Ministerium für Umwelt, Klimaschutz, Landwirtschaft und Verbraucherschutz Werkstatt Ernährung 39