

10. Ist Fleisch böse?

Übung 1: Ergänzen Sie die fehlenden Nomen!

Cholesterinwert – Fleischkonsum – Aufnahme – Linie – Belastung – Zubereitungsart
 Gesundheit – Erkrankungen – Gewichtszunahme – Zusammenhang

Die Risiken für die _____ (1) entstehen in erster _____ (2) aus der mit dem Fleischverzehr verbundenen _____ (3) tierischer Fette – vor allem der gesättigten Fettsäuren – und der _____ (4) wie Räuchern, Beizen und Salzen. Fettreiches Fleisch spielt vor allem bei Herz-Kreislauf-_____ (5) eine große Rolle: Es erhöht den _____ (6), generell die Wahrscheinlichkeit der _____ (7) und damit der allgemeinen _____ (8) des Herz-Kreislauf-Systems durch Fettleibigkeit. Neuere Forschungen zeigen außerdem einen _____ (9) zwischen Diabetes vom Typ 2 und _____ (10).

Übung 2: Ergänzen Sie den Text mit den Wörtern aus dem Kasten!

vollwertige – Vielmehr – wichtiger – lediglich – allein – deutlich – genannten – insgesamt

Nein, böse ist Fleisch nicht, _____ (1) der allzu hohe Konsum. Allerdings sind die _____ (2) Krankheiten in der Regel nicht _____ (3) auf zu hohen Fleischkonsum zurückzuführen. _____ (4) gehört neben der Ernährung auch eine _____ (5) „ungesunde“ Lebensweise auf den Prüfstand, zu der zum Beispiel auch Bewegungsarmut zählt. Eine abwechslungsreiche, _____ (6) Ernährung mit einem _____ (7) reduzierten Fleisch- und Wurstanteil aus Biohaltung, ist ein Baustein für mehr Gesundheit.

Übung 3: Ergänzen Sie die fehlenden Präpositionen!

Auch _____ (1) dem Futter gibt es große Unterschiede: _____ (2) der konventionellen Viehhaltung ist Soja mittlerweile die wichtigste eiweißhaltige Futterpflanze geworden – und zumeist handelt es sich hier _____ (3) gentechnisch verändertes Soja. _____ (4) der ökologischen Viehhaltung sind gentechnisch veränderte Organismen _____ (5) dem Futter strikt verboten. Das gleiche gilt _____ (6) synthetische Stickstoffdünger oder synthetische Pflanzenschutzmittel. Leider ist die ökologische Viehwirtschaft _____ (7) Bio-Boom _____ (8) dato nur eine Nische. Ein verschwindend geringer Anteil des Fleisches wird _____ (9) Deutschland _____ (10) Bio-Kriterien produziert: 5 % des Rinderbestands, 1 % der Schweine und 3 % der Masthühner. Wir Verbraucher haben es _____ (11) der Hand, das zu ändern.

Lösungen zu Übung 1:

1) Gesundheit 2) Linie 3) Aufnahme 4) Zubereitungsart 5) Erkrankungen 6) Cholesterinwert
7) Gewichtszunahme 8) Belastung 9) Zusammenhang 10) Fleischkonsum

Lösungen zu Übung 2:

1) lediglich 2) genannten 3) allein 4) Vielmehr 5) insgesamt 6) vollwertige 7) deutlich 8) wichtiger

Lösungen zu Übung 3:

1) bei 2) In 3) um 4) In 5) in 6) für 7) trotz 8) bis 9) in 10) nach 11) in