

Besseresser-Rätsel (M-Niveau)

1 Ordne den Kästchen die richtigen Begriffe zu.

A Dies ist die größte Gruppe der Vegetarier. Sie essen weder Fleisch noch Fisch, aber Milch, Milchprodukte und Eier werden verzehrt.

B Wie die Vegetarier nehmen sie kein Fleisch in den Mund, allerdings machen sie bei Meeresbewohnern eine Ausnahme: Fisch-, Krebs- und Weichtiere sind erlaubt, ebenso Milch, Eier und Honig.

C Diese Gruppe isst nur pflanzliche Lebensmittel und hat sich in den letzten fünf Jahren in der Zahl ihrer Anhänger verdoppelt. Sie lehnen alles ab, das aus der Tierhaltung stammt: sowohl Fisch und Fleisch als auch Milch und Milchprodukte, Eier sowie Honig und alles, das aus Leder oder Seide produziert wurde.

D Sie essen nach dem Prinzip, keine Lebewesen zu verletzen – weder Tiere noch Pflanzen. Sie essen deshalb keine Wurzeln oder Knollen, sondern nur Pflanzen, die bei der Ernte nicht sterben müssen. Dies beschränkt den Speiseplan auf Fallobst, Nüsse und Samen.

E Es ist eine Sonderform des Vegetarismus. Sie verzichten zwar auf Fleisch und Fisch, aber ihre Lebensführung entspricht nicht einer gesunden, ausgewogenen Ernährung. Sie verzehren häufig auch Fertigprodukte und greifen zu Süßspeisen.

F Sie verzichten ebenfalls auf Fleisch und Fisch, aber auch auf Eier. Sie essen jedoch Milch und Milchprodukte.

G Diese Gruppierung findet zunehmend Anhänger. Sie essen weniger Fleisch als der Durchschnitt, zwischendurch darf es jedoch Wurst und ein Schnitzel sein.

1 Veganer

2 Flexitarier

3 Lakto-Vegetarier

4 Pescetarier

5 Puddingvegetarier

6 Frutarier

7 Ovo-lakto-Vegetarier

A _____ B _____ C _____ D _____

E _____ F _____ G _____

2 Stelle für einen Pescetarier, einen Lakto-Vegetarier und einen Veganer ein reichhaltiges Menü aus jeweils drei Speisen zusammen.