**Arbeitsblatt 9**

**Obst und Gemüse**

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

**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 ein Stück von der rohen Paprika und eins von der gekochten Paprika.
* Haltet das Vitamin-C-Teststäbchen eine Sekunde lang auf die Schnittfläche der rohen 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**

**2. Diskutiere die Ergebnisse deiner Messung und kreuze bei den folgenden Lebensmitteln jeweils das an, das deiner Meinung nach am meisten Vitamin C enthält!**

Apfel, ungeschält, roh Apfelmus

Erdbeeren, roh

Erdbeerkonfitüre

**3. In welcher Form enthält Obst und Gemüse besonders viel Vitamin C?**

……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

**4. Was bedeutet das für deine Ernährung?**

……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

© Hessisches Ministerium für Landwirtschaft und Umwelt, Weinbau, Forsten, Jagd und Heimat

**Paprika, roh**

**Paprika, gekocht**