

6BG	Klasse 10	LPE 11	Fach ESG
------------	------------------	---------------	-----------------

M17: Vergleich des Nährstoffgehalts von Eiklar und Eigelb

Arbeitsauftrag:

- Informiere Dich in der Nährwerttabelle über den Gehalt an Eiweißen, Fetten, Kohlenhydraten, Wasser, Mineralstoffen und Vitaminen in jeweils 100 g Eiklar und Eigelb.
- Stelle die Werte in einer geeigneten Darstellungsform gegenüber.
- Bespreche mögliche Ursachen für die Unterschiede im Nährstoffgehalt mit Deiner Tischnachbarin oder Deinem Tischnachbarn.

6BG	Klasse 10	LPE 11	Fach ESG
------------	------------------	---------------	-----------------

Lösung M17: Vergleich des Nährstoffgehalts von Eiklar und Eigelb

Gehalt an	Eiklar (100 g)	Eigelb (100 g)
Eiweißen	11 g	16 g
Fetten	-	32 g
Kohlenhydraten	1 g	-
Wasser	87 g	50 g
Mineralstoffen	weniger	mehr
Vitaminen	weniger	mehr

Quelle: Hesecker, Helmut; Hesecker, Beate: Die Nährwerttabelle, (Neuer Umschau Buchverlag) Neustadt an der Weinstraße 2010.