

Arbeitsblatt zum Thema "Zuckersorten":

Arbeitsblatt: Zuckersorten

Name: _____ Datum: _____

1. Einführung: Was ist Zucker?

Zucker ist ein Kohlenhydrat, das in vielen Lebensmitteln vorkommt und eine wichtige Energiequelle für den Körper ist. Es gibt verschiedene Zuckersorten, die sich in ihrer chemischen Struktur, Herkunft und Verwendung unterscheiden.

2. Hauptarten von Zucker

Zuckersorte	Beschreibung	Beispielhafte Verwendung
Haushaltszucker (Saccharose)	Wird aus Zuckerrohr oder Zuckerrüben gewonnen. Besteht aus Glukose und Fruktose.	Süßungsmittel in Getränken, Backwaren
Traubenzucker (Glukose)	Schnell verfügbarer Zucker, wichtig für das Gehirn und die Muskeln.	Energiedrinks, Traubenzucker-Täfelchen
Fruchtzucker (Fruktose)	Natürlicher Zucker in Obst und Honig.	Obst, Honig, Fruchtsäfte
Malzzucker (Maltose)	Entsteht beim Abbau von Stärke (z. B. in Getreide).	Bierherstellung, Babynahrung
Milchzucker (Laktose)	Kommt in Milch und Milchprodukten vor.	Milch, Joghurt, Käse
Rohrzucker & Rübenzucker	Unraffinierte Zuckersorten aus Pflanzen.	Naturbelassene Süßungsmittel
Brauner Zucker	Enthält Melasse, was ihm eine dunklere Farbe gibt.	Backen, Soßen

3. Aufgaben

Aufgabe 1: Ergänze die Lücken im Text mit den richtigen Zuckersorten.

1. Der Zucker, der in Milch enthalten ist, heißt _____.
2. _____ ist der Hauptzucker in Obst.
3. _____ wird oft zum Bierbrauen genutzt.
4. _____ ist der typische Zucker in Süßigkeiten und Kuchen.

Aufgabe 2: Ordne die folgenden Begriffe den richtigen Zuckersorten zu.

(Laktose, Glukose, Fruktose, Maltose, Saccharose)

- Haushaltszucker = _____
- Fruchtzucker = _____
- Milchzucker = _____
- Traubenzucker = _____
- Malzzucker = _____

Aufgabe 3: Überlege: Warum sollte man nicht zu viel Zucker essen?
Schreibe mindestens drei Gründe auf.

Aufgabe 4: Nenne drei Lebensmittel, die besonders viel Zucker enthalten.

1.

2.

3.

4. Zusatzaufgabe (optional)

Recherchiere, wie sich raffinierter Zucker von natürlichen Zuckerarten unterscheidet. Schreibe eine kurze Erklärung.
