

GRUBISO-Lernmaterialien – VHS Potsdam

Einkaufen

Saisonal und regional



GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

 **AlphaDekade**
2016 – 2026




VHS

VOLKSHOCHSCHULE
IM BILDUNGSFORUM

Alpha-Level	Arbeitsblatt	Lerninhalte	Seite
α 1	AB 1/1 – AB 1/4	Anfangsbuchstaben schreiben: Wann wird was in Deutschland geerntet?	3-6
	AB 2	Wörter lesen und schreiben	7
	AB 3	Übung selber gestalten: Was hat in Deutschland Saison?	8-9
α 2	AB 4	Schreiben: Einkaufszettel für Obst und Gemüse	10
	AB 5/1 – AB 5/2	Woher kommt unser Obst und Gemüse im Winter?	11-12
	AB 6	Gebrauchstexte lesen und verstehen: Herkunft von Obst	13
	AB 7	Suchsel: Wörter finden und schreiben	14
	AB 8	Schreiben: Jahreszeiten und Monate	15
α 3	AB 9/1 – AB 9/2	Groß- und Kleinschreibung: Wörter mit Begleiter	16-17
	AB 10/1 – AB 10/2	Groß- und Kleinschreibung, Lückentext: Obst und Gemüse	18-19
	AB 11	Lesetraining: Mit den Jahreszeiten / Aus der Region essen	20
	AB 12/1 – 12/3	Groß- und Kleinschreibung: Wörter mit Begleiter	21-23
α 4	AB 13	Silbenpuzzle	24
	AB 14	Lesetraining: Wann haben Äpfel Saison?	25
	AB 15/1 – AB 15/2	Groß- und Kleinschreibung, Signalwörter: Wann haben Äpfel Saison?	26-27
	AB 16/1 – AB 16/3	Hauptwörter, Lesetraining, Textverstehen, Silbenpuzzle: Klimafreundlich einkaufen	28-30
	AB 17	Groß- und Kleinschreibung, Diktat: So schonen wir das Klima	31
α 3 / α 4	AB 18/1 – AB 18/2	Schreiben, Sätze mit dass: Saisonal und regional einkaufen	32-33
	AB 19/1 – AB 19/3	Internetsuche: Saisonkalender, Rezepte für die Saison	34-36
Impressum			37-39



Wann wird das in Deutschland geerntet? Ergänzen Sie den ersten Buchstaben und kreuzen Sie an.







		Frühling	Sommer	Herbst	Winter
	<u>A</u> pfel		X	X	
	____rdbeere				
	____ ____argel				
	____artoffeln				
	____ilze				
	____ürbis				



Wann wird das in Deutschland geerntet? Ergänzen Sie den ersten Buchstaben und kreuzen Sie an.

		Frühling	Sommer	Herbst	Winter
	___arotten				
	___ __laumen				
	___ucchini				
	___omate				
	___alat				
	___rauben				

**Lösung: Wann wird was in Deutschland geerntet?**

		Frühling	Sommer	Herbst	Winter
	Apfel		X	X	
	Erdbeere	X	X		
	Spargel	X			
	Kartoffeln		X	X	
	Pilze	X	X	X	X
	Kürbis		X	X	

Erntezeiten im Internet: www.regional-saisonal.de

**Lösung: Wann wird das in Deutschland geerntet?**

		Frühling	Sommer	Herbst	Winter
	Karotten		X	X	
	Pflaumen		X		
	Zucchini		X	X	
	Tomate		X	X	
	Salat		X	X	
	Trauben			X	



Lesen Sie zuerst. Zeichnen Sie die Silbenbögen.

Ordnen Sie dann zu und schreiben Sie:

Sa lat



Bir ne



To ma te



Ap fel



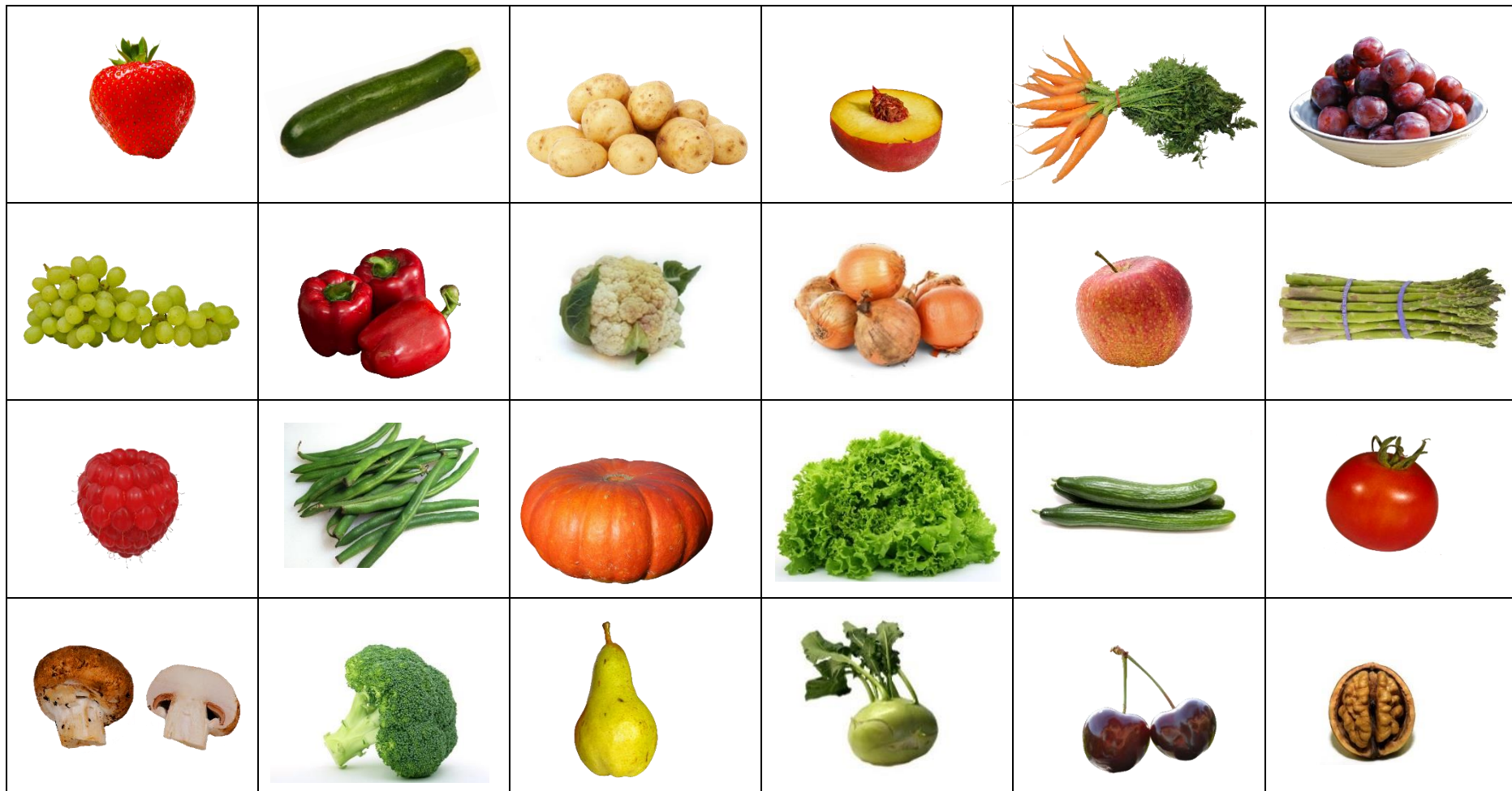
Kar tof fel



Salat

Was hat in Deutschland Saison?

Gestalten Sie Ihre eigene Übung.





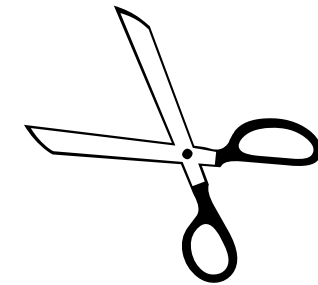
Was hat in Deutschland Saison?

Gestalten Sie Ihre eigene Übung.

Schneiden Sie die Fotos aus. Kleben Sie diese in Ihr Heft oder auf ein Blatt Papier.

Schreiben Sie den Anfangsbuchstaben oder das Wort auf.



Klatschen Sie die Silben und schreiben Sie die Anzahl auf.



Oder gestalten Sie selbst einen Saisonkalender.

Zeichnen Sie eine Tabelle und kleben Sie die Bilder auf.

Kreuzen Sie an, wann das Obst und Gemüse geerntet wird. Beispiel:

		Frühling	Sommer	Herbst	Winter
	<u> </u> K arotten		X	X	
	<u> </u> <u> </u> laumen				



Was hat Saison?

Schreiben Sie einen Einkaufszettel. Welches Obst und Gemüse der Saison wollen Sie einkaufen?

Mein _____ für heute:





Woher kommt unser Obst und Gemüse im Winter?

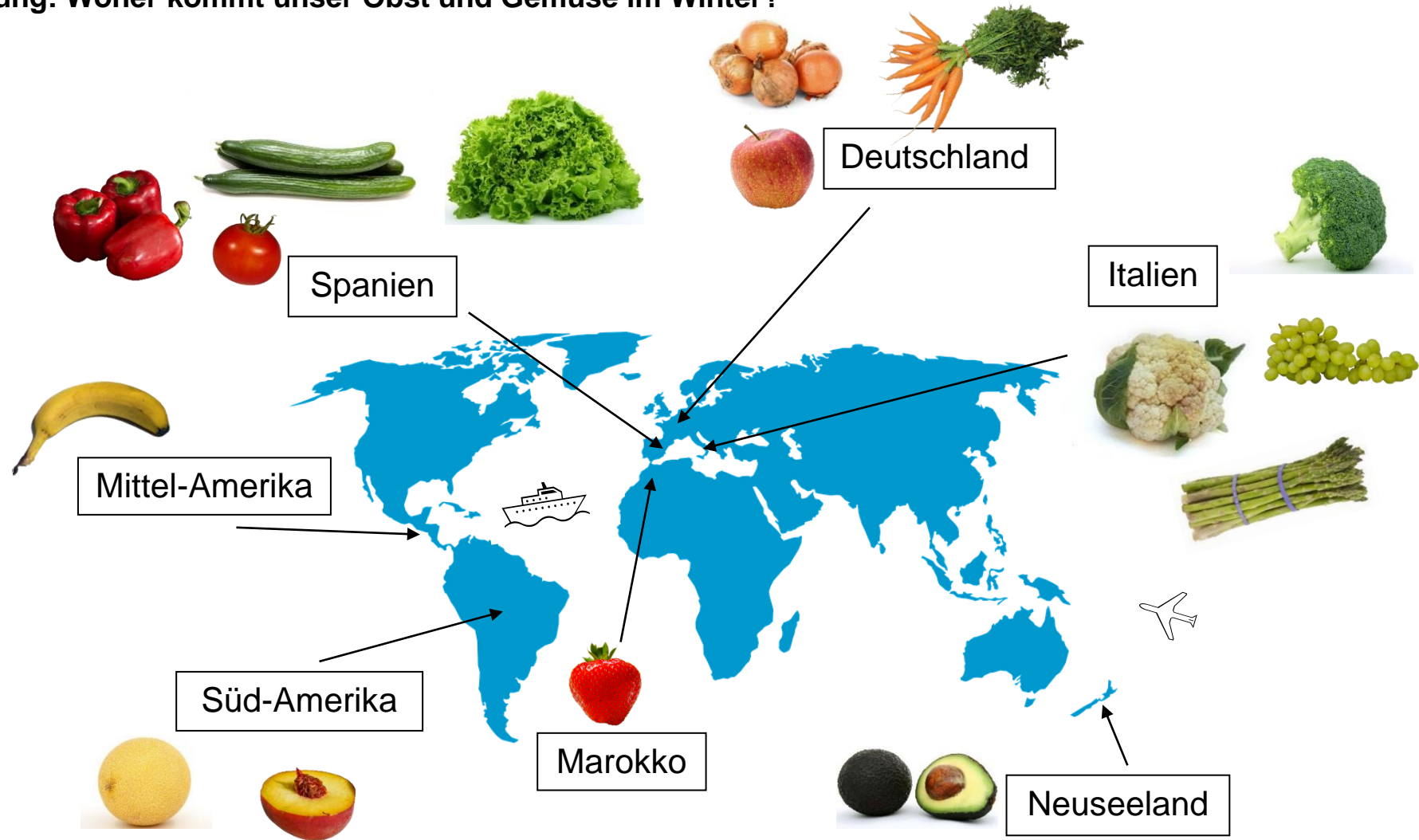
Lesen Sie und zeichnen Sie die Pfeile ein.

The diagram features a central blue world map. Surrounding the map are various fruits and vegetables, each associated with a label in a white box with a black border. An arrow points from the 'Deutschland' label to the map. A ship icon is located in the Atlantic Ocean, and an airplane icon is in the Pacific Ocean.

- Deutschland:** An apple, onions, and carrots.
- Spanien:** Red bell peppers, cucumbers, a tomato, and lettuce.
- Italien:** Broccoli, cauliflower, and green grapes.
- Mittel-Amerika:** A banana.
- Süd-Amerika:** A lemon and a peach.
- Marokko:** A strawberry.
- Neuseeland:** Two avocados.



Lösung: Woher kommt unser Obst und Gemüse im Winter?





Herkunft von Obst: Schreiben Sie die Ländernamen. Sie finden diese auf den Etiketten.



Der Apfel kommt aus _____.



Die Clementinen kommen aus _____.

Lesen Sie und schreiben Sie folgende Wörter:

Herkunft: _____

Ursprung: _____ Ursprungsland: _____



Suchen und schreiben Sie die Wörter mit Begleiter (der / die / das).

Fast das ganze Jahr haben in Deutschland Saison:

Kartoffel, Lauch, Apfel, Karotte, Salat, Rotkohl, Rote Bete,



H	Z	I	O	R	P	W	G	T	N
W	Z	W	I	E	B	E	L	G	I
A	I	P	I	A	P	F	E	L	T
M	L	B	S	A	L	A	T	C	V
F	K	A	R	T	O	F	F	E	L
O	K	A	R	O	T	T	E	R	H
Y	A	H	Q	L	A	U	C	H	D
H	L	C	C	X	W	R	H	O	P
H	R	R	O	T	K	O	H	L	A
J	R	O	T	E	-	B	E	T	E

Schreiben Sie: Wie heißen die Jahreszeiten? Welche Monate gehören dazu?

Die Namen von Jahreszeiten und Monaten schreibt man groß.

Winter



F _____



S _____



H _____



Schreiben Sie auf der nächsten Seite eine Liste mit Obst und Gemüse.

Schreiben Sie alle Hauptwörter groß.



Großschreiben

Wir schreiben das Wort am **Anfang von einem Satz** groß.

Wir schreiben **Namen** von Personen, Ländern, Städten oder Straßen groß.

Wir schreiben **Hauptwörter** groß.

Vor einem Hauptwort steht oft ein Begleiter: der, die, das, dem, den, ein, eine, kein ...

Manchmal muss man sich der, die, das auch davor denken.



Notieren Sie hier die Liste mit Obst und Gemüse. Schreiben Sie mit Begleiter (der / die / das).



die Banane

Schreiben Sie die fehlenden Wörter in die Lücken.

Schreiben Sie die Hauptwörter groß.



Deutsche _____ gibt es von September bis Juni. Man kann sie gut und lange lagern.



Deutsche _____ gibt es von Mai bis Juli.



Im Juli ist Hochsaison für _____ und _____.



Ende August und im September haben _____ Saison.

Schreiben Sie die fehlenden Wörter in die Lücken.

Schreiben Sie die Hauptwörter groß.



_____ und _____ haben von Juni bis Oktober Saison.



_____ wachsen von Mai bis September in Deutschland.



Von Mai bis September haben _____ Saison.



Von Mai bis Juli gibt es weniger _____ in Deutschland.

Sonst haben sie das ganze Jahr Saison. Man kann sie auch gut lagern.



Mit den Jahreszeiten essen

Essen Sie Obst und Gemüse in der richtigen Saison!

Zum Beispiel: Ab Mai gibt es deutsche Erdbeeren.

Sie haben im Frühjahr und Sommer Saison.

Dann sind sie frisch und schmecken lecker.

Im Winter wachsen hier keine Erdbeeren.

Sie kommen von weit her und sind nicht frisch.

Der Transport kostet viel Energie.



Aus der Region essen

Kaufen Sie Obst und Gemüse aus der Saison und aus der Umgebung!

Das ist frisch und schmeckt gut.

Sie tun etwas Gutes für Äcker und Wiesen.

Sie unterstützen Bauern und Betriebe aus der Umgebung.

Es kostet weniger Energie und ist gut für das Klima.

Was ist Saison?

Das spricht man „Seson“.

Saison ist das französische Wort für Jahreszeit.



Was ist das Klima?

Klima ist das Wetter an einem Ort über viele Jahre.

Auf der Erde wird es wärmer.

Dazu sagt man Klimawandel.

Wo kaufen Sie ein?

Tauschen Sie sich aus:

Wo bekommt man in Ihrer Nähe frisches Obst und Gemüse?

Lesetraining:

104 Wörter, ca. 21 Min. + 20 Sek.

Großschreiben

Wir schreiben das Wort am **Anfang von einem Satz** groß.

Wir schreiben **Namen** von Personen, Ländern, Städten oder Straßen groß.

Wir schreiben **Hauptwörter** groß.

Vor einem Hauptwort steht oft ein Begleiter:

- der, die, das, dem, den ...
- ein, eine, kein ...
- mein, dein, sein, ihr, unser, euer, Ihr ...
- viel, wenig, alle, manche, jeder ...



= Begleiter

Manchmal muss man sich den Begleiter auch davor denken.



Satzanfang

Namen

Hauptwörter

Markieren Sie Namen und Hauptwörter.

Umkreisen Sie den Begleiter, wenn es einen gibt.

Woher kommt unser Gemüse und Obst?

In Deutschland wächst viel Gemüse.

Ein Beispiel ist der Kohl oder die Karotte.

Tomaten und Paprika kommen aber oft aus dem Ausland

Zum Beispiel aus Spanien.

Im Sommer wachsen sie auch in Deutschland.

In Deutschland wachsen keine Orangen, Zitronen und Bananen.

Sie kommen oft aus dem Süden.

Viele Früchte kommen sogar aus Amerika.

Zum Beispiel Bananen, Mangos und Ananas.

Sie werden mit dem Schiff oder mit dem Flugzeug transportiert.

Der weite Transport belastet das Klima und die Umwelt.



zum = zu + dem

im = in + dem



Schreiben Sie mit Begleiter (der / die / das):



der Kohl





Puzzeln Sie die Silben.

Welche Wörter finden Sie? Tipp: Beginnen Sie mit den groß geschriebenen Silben.



ma	Zi	port	gø	Um	mü
welt	zeug	Trans	na	nas	Kli
A	na	Ba	tro	ne	Früch
ne	Ma n	Ge	Flug	se	te



Schreiben Sie die Wörter mit Begleiter (der / die / das). Achten Sie auf die Großschreibung:

die Mango





Wann haben Äpfel Saison?

Die Erntezeit für Äpfel ist im Herbst. Doch Äpfel kann man gut lagern.

Deshalb können Sie auch im Winter Äpfel aus Deutschland kaufen.

Sogar im Juli gibt es noch deutsche Äpfel in den Supermärkten.

Diese wurden dann aber sehr lange im Kühlhaus gelagert.

Das kostet viel Strom und ist nicht klimafreundlich.

Manche Äpfel kommen auch von weit her, zum Beispiel aus Neuseeland.

Diese sind frisch und wurden nicht gelagert.

Aber der Transport mit einem Flugzeug kostet viel Energie.

Äpfel haben etwa von Oktober bis Juni Saison. Im Juli und August haben Sie keine Saison.

Zum Glück gibt es da viel anderes leckeres Obst.



Erzählen Sie:

Woher kommen Äpfel, die Sie kaufen?



Welches Obst essen Sie gerne im Sommer?

Lesetraining:

107 Wörter, ca. 1 Min. + 20 Sek.

Groß oder klein?**Hauptwörter schreiben wir groß.****Wir erkennen sie an diesen 7 verschiedenen Kategorien von Signalwörtern.**

schnelle, großes, kleine,
dünner ...
(Wie-Wörter mit Endung)

ein, eine, einen ... kein

ein, eine, zwei, fünf, zehn,
viel, wenig, einige, manche,
alle, jeder

Hauptwort

zum, zur, beim, am, im,
vom, aus, ins ...
(zu + dem, zu + der)

der, die, das, den, dem, des

mein, dein, sein, ihr, unser,
euer...

diese, manche, jener...

Wir schreiben auch groß:

am **Satzanfang**, alle **Eigennamen** und die **persönliche Anrede** mit Sie, Ihr, Ihnen.



Markieren Sie alle Hauptwörter. Unterstreichen Sie die Signalwörter.

Wann haben Äpfel Saison?

Die Erntezeit für Äpfel ist im Herbst. Doch Äpfel kann man gut lagern.

Deshalb können Sie auch im Winter Äpfel aus Deutschland kaufen.

Sogar im Juli gibt es noch deutsche Äpfel in den Supermärkten.

Diese wurden dann aber sehr lange im Kühlhaus gelagert.

Das kostet viel Strom und ist nicht klimafreundlich.

Manche Äpfel kommen auch von weit her, zum Beispiel aus Neuseeland.

Diese sind frisch und wurden nicht gelagert.

Aber der Transport mit einem Flugzeug kostet viel Energie.

Äpfel haben etwa von September bis Mai Saison. Im Sommer haben Sie keine Saison.

Zum Glück gibt es da anderes leckeres Obst.



Achtung

Manchmal steht kein Signalwort vor dem Hauptwort.



Markieren Sie alle Hauptwörter.

Unterstreichen Sie die Signalwörter.



Klimafreundlich einkaufen

Viele Treibhausgase kommen durch die Menschen in die Luft.

Kohlendioxid ist zum Beispiel ein Treibhausgas. Das ist schlecht für das Klima. Die Erde wird immer wärmer.

Viele Treibhausgase stammen von der Viehzucht, vom Verkehr und von der Industrie.

Sie schonen das Klima, wenn Sie viel Obst und viel Gemüse essen. Gut sind auch regionale Lebensmittel.

Die muss man nicht weit transportieren. Obst und Gemüse sollten außerdem zur Jahreszeit passen.

Die Herstellung von chemischem Dünger oder Pflanzenschutz kostet viel Energie.

Deshalb ist biologische Landwirtschaft gut.

Auch überflüssige Verpackungen belasten das Klima.

Am besten nehmen Sie eine Tasche zum Einkaufen mit.

Lesetraining:

101 Wörter, ca. 1 Min. + 20 Sek.

**Richtig oder falsch?****Suchen Sie die passende Stelle im Text. Markieren Sie.****Dann kreuzen Sie in der Tabelle an.**

1. Kohlendioxid ist ein Treibhausgas.
2. Treibhausgase entstehen auch bei der Viehzucht.
3. Für das Klima ist es besser: viel Fleisch und wenig Obst und Gemüse essen.
4. Es ist besser, wenn man Lebensmittel nicht weit transportieren muss.
5. Es ist gut, wenn man Obst und Gemüse aus der Saison kauft.
6. Verpackungen spielen keine Rolle für das Klima.

richtig	falsch
X	



Puzzeln Sie die Silben.

Welche Wörter finden Sie? Tipp: Beginnen Sie mit den groß geschriebenen Silben.

Koh	zeit	ung	haus	di	ox	Jah	In
mit	Le	kehr	Ver	zucht	tel	pack	
res	Ver	port	Er	Vieh	Treib	de	
dus	bens	gas	len	id	trie	Trans	



Schreiben Sie die Wörter mit Begleiter (der / die / das). Achten Sie auf die Großschreibung:

das Kohlendioxid

Diktat: Groß oder klein?**Achten Sie auf die Signalwörter.****So schonen wir das Klima**

Wir schonen das Klima, wenn wir viel Obst und viel Gemüse essen.

Fleisch sollten wir nur zwei- oder dreimal in der Woche essen.

Gut sind regionale Lebensmittel. Dann braucht man keinen langen Transport.

Obst und Gemüse sollten zur Jahreszeit passen. Eine Lagerung im Kühlhaus kostet viel Energie.

Auch Verpackungen belasten das Klima. Am besten nehmen wir eine Tasche zum Einkaufen mit.

Weiter üben:

Sie können den Text auch abschreiben.





Saisonal und regional einkaufen.

Sammeln Sie auf einem extra Blatt Vorteile und Nachteile. Schreiben Sie dann einen Text.

Schreiben Sie in ganzen Sätzen.

Verwenden Sie folgende Satzanfänge:

Ich denke, dass...

Ich meine, dass...

Es ist gut, wenn man ... Aber es ist ein Nachteil, dass ...

Ich finde es gut, wenn man... Das ist ein Vorteil, weil





Saisonal und regional einkaufen. Schreiben Sie weitere Sätze mit dass:

**Suchen Sie im Internet.**

Gehen Sie auf die Seite: **www.bzfe.de**

Klicken Sie auf: **Einfache Sprache.**

Klicken Sie auf: **Einkaufen.**

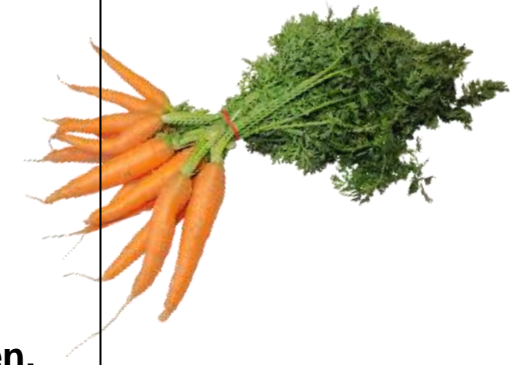
Dann wählen Sie den Artikel: **Der Saisonkalender.**

Hören Sie die Audiodatei.

Dann scrollen Sie ganz nach unten.

Klicken Sie auf: **Der Saisonkalender zum Anschauen.**

Dann hören Sie.

**Beantworten Sie die Fragen:**

Suchen Sie im Kalender nach Ihrem Lieblingsobst und Lieblingsgemüse. Wann hat es in Deutschland Saison?

Schauen Sie auch nach: Welches Obst wächst in Deutschland? Was kommt aus dem Ausland?



**Suchen Sie im Internet nach Rezepten für die aktuelle Saison.
Suchen Sie ein Rezept aus. Schreiben Sie es ab.**

Mein Rezept für die Saison:

Zutaten:



Herausgeber: Volkshochschule im Bildungsforum, Projekt GRUBISO, Am Kanal 47, 14467 Potsdam

Verantwortlich: Dr. Myrtan Xhyra

Aufgaben, Texte und Gestaltung: Pia Christ, Larissa Hotsur

Redaktion: Larissa Hotsur, Pia Christ, Maria Schulze, Cindy Legler

Auflage: 1. Auflage Oktober 2021

Dieses Vorhaben wird im Rahmen der Nationalen Dekade für Alphabetisierung und Grundbildung vom Bundesministerium für Bildung und Forschung unter dem Förderkennzeichen W1454LW gefördert.

Illustrationen Titelseite: Anna Albert Design, anna-albert.com

Schulschrift- und Bilder-Fonts:

Die Arbeitsblätter wurden mit den Fonts des Eugen Traeger Verlags erstellt. Erhältlich: etverlag.de

Suchsel und Rätsel erstellt mit: suchsel.net und xwords-generator.de

Foto Seite 13: GRUBISO, VHS Potsdam

Bildnachweise: Bilder auf pixabay.com: Pixabay CC0. <https://creativecommons.org/publicdomain/zero/1.0/deed.de>

Ananas: Bild von Holger Grybsch auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/freigestellt-ananas-frucht-strand-1443385/>

Apfel: Bild von Capri23 auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/apfel-roter-apfel-frucht-obst-2743425/>

Apfelbaum: Bild von S. Hermann & F. Richter auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/apfel-rot-rote-%C3%A4pfel-apfelplantage-2788599/>

Avocado: Bild von Shutterbug75 auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/appetit-avocado-avo-kalorien-1238256/>

Banane: Bild von Al Buettner auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/banane-gelb-fr%C3%BCchte-lecker-obst-1268331/>

Birne: Bild von Momentmal auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/gesund-birne-frucht-hintergrund-3084002/>

Blumenkohl: Bild von Pavlofox auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/kohl-farbe-white-lecker-gem%C3%BCse-957778/>

Bohnen: Bild von young amyc auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/gr%C3%BCne-bohnen-bohnen-frisch-roh-519439/>

Brokkoli: Bild von Shutterbug75 auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/appetit-brokkoli-broccoli-broccoli-1238251/>

Einkaufskorb: Bild von Gerhard G. auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/essen-nahrung-obst-nahrungsmittel-3654444/>

Einkaufstasche: Bild von Hans Braxmeier auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/einkaufstasche-markt-gem%C3%BCse-231953/>

Erdbeere: Bild von Melvin Seitz auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/erdbeere-frucht-rot-obst-s%C3%BC%C3%9F-1916997/>

Frühlingsblume: Bild von Beth Thomas auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/rosa-blume-baum-bl%C3%BCte-fr%C3%BChling-1326168/>

Gemüse, Auberginie, Pasta: Bild von Lukas Bieri auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/mediterrane-k%C3%BCche-essen-lebensmittel-2378758/>

Gurke: Bild von Fabian S. auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/gurken-salat-gem%C3%BCse-lebensmittel-1799262/>

Herbstahorn: Bild HeungSoon auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/bl%C3%A4tter-im-herbst-ahorn-die-bl%C3%A4tter-2789234/>

Himbeere: Bild von MasterTux auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/himbeere-frucht-beere-nahaufnahme-2636394/>

Industrie: Bild von S. Hermann & F. Richter auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/kohlekraftwerk-kohleenergie-windrand-3767893/>

Karotten: Bild von Holger Grybsch auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/freigestellt-bund-m%C3%BChren-gem%C3%BCse-1083235/>

Kartoffeln: Bild von Capri23 auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/kartoffeln-erd%C3%A4pfel-ungesch%C3%A4lt-2829118/>

Kirschen: Bild von Momentmal auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/kirsche-paar-fr%C3%BCchte-s%C3%BC%C3%9F-2519077/>

Kiwi: Bild von Shutterbug75 auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/fr%C3%BChst%C3%BCck-kochen-lebensmittel-1239438/>

Kochtopf und Gemüse: Bild von Steve Buissonne auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/suppe-gem%C3%BCse-topf-kochen-1006694/>

Kohlrabi: Bild von Lebensmittelfotos auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/kohlrabi-gem%C3%BCse-gr%C3%BCn-vitamine-kohl-74276/>

Kürbis: Bild von Capri23 auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/k%C3%BCrbis-frucht-orange-herbst-2751383/>

Lauch: Bild von Merry Christmas auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/lauchzwiebeln-lauch-lecker-1303271/>

Mango: Bild von Shutterbug75 auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/lebensmittel-frisch-obst-gut-gr%C3%BCn-1239241/>

Melone: Bild von Shutterbug75 auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/lebensmittel-frisch-obst-gesund-1239301/>

Orange: Bild von Capri23auto auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/orange-obst-zitrusfr%C3%BCchte-frucht-2743418/>

Radieschen: Bild von Aline Ponce auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/radieschen-gem%C3%BCse-roh-lebensmittel-1485888/>

Rotkohl: Bild von Frauke Feind auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/kohl-rotkohl-blaukohl-kohlart-386245/>

Paprika: Bild von maja7777 auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/paprika-rot-kochen-lebensmittel-5063664/>

Pflaumen: Bild von maja7777 auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/pflaumen-obst-gesund-nahrung-4224537/>

Pfirsich: Bild von maja7777 auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/pfirsich-obst-lebensmittel-gesund-5063674/>

Pilze: Holger Grybsch auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/freigestellt-pilz-champion-2530764/>

Rinder: Bild von Shutterbug75 auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/tier-rindfleisch-rinder-brown-1238273/>

Rote Bete: Bild von congerdesign auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/rote-bete-rote-beete-gem%C3%BCse-r%C3%BCben-3490809/>

Salat: Bild von Shutterbug75 auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/salat-lebensmittel-frisch-gr%C3%BCn-1239155/>

Schneewittchen und die sieben Zwerge: Bild von Ina Hall auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/illustrations/schneewittchen-m%C3%A4rchen-erwachen-913740/>

Sommerstrand: Bild von croisy auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/meer-sand-k%C3%BCste-strand-muscheln-1337565/>

Supermarkt: Bild von Steve Buissinne auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/einkaufen-supermarkt-handel-1232944/>

Spargel: Bild von Wikimediaimages auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/gem%C3%BCse-vitamine-di%C3%A4t-lebensmittel-2202484/>

Tomate: Bild von Wolfgang Eckert auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/tomate-paradeiser-paradiesapfel-2485053/>

Trauben: Bild von maja7777 auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/weintrauben-freigestellt-obst-2673039/>

Walnuss: Bild von Ulrike Leone auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/walnuss-nuss-schale-nussschale-3072652/>

Winterlandschaft: Bild von flyupmike auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/schnee-landschaft-winter-b%C3%A4ume-69661/>

Zucchini: Bild von Wikimediaimages auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/gem%C3%BCse-vitamine-di%C3%A4t-lebensmittel-2202508/>

Zitrone: Bild von maja7777 auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/zitrone-freigestellt-obst-gelb-2615308/>

Zwiebeln: Bild von PublicDomainPictures auf Pixabay. <https://pixabay.com/de/photos/steckzwiebeln-lebensmittel-frisch-84722/>