

1 Biochemische Aspekte des Lebens

1.1 Lipide

Butter oder pflanzliche Fette?

Fassen Sie die wesentlichen Aussagen des Artikels „Zu Unrecht verteufelt: Weshalb Sie sich Butter mit Genuss aufs Brot streichen sollten“ zusammen.

FOCUS Online, Christina Steinlein (August 2015):

https://www.focus.de/gesundheit/ernaehrung/gesundessen/die-wahrheit-ueber-butter-zu-unrecht-verteufelt-weshalb-sie-sich-butter-mit-genuss-aufs-brot-streichen-sollten_id_4873374.html

Beantworten Sie im Anschluss die folgenden Fragen:

- Erklären Sie die wesentlichen Unterschiede zwischen Butter und Margarine.
- Zeigen Sie auf, inwieweit sich Butter in Bezug auf den Kaloriengehalt von pflanzlichen Fetten unterscheidet.
- Zeigen Sie auf, welche Vitamine in Butter bzw. in pflanzlichen Streichfetten natürlich vorkommen.
- Erörtern Sie aus ökologischer Sicht, ob die Verwendung von Butter oder Streichfett besser ist. Denken Sie dabei auch an Ihre Recherchen im Zusammenhang mit Palmöl.

Der Verlag und die AutorInnen sind bemüht, die Links aktuell zu halten. Leider kann es trotzdem passieren, dass Webseiten nicht mehr erreichbar sind oder Inhalte geändert wurden. Trotz sorgfältiger Kontrolle kann daher keine Haftung für die Inhalte externer Links übernommen werden.