



3L 1TJ

Ime, priimek:

Razred: _____

Nalogo rešujejo tekmovalci skupine D

Točkovnik

	Del tekmovalne naloge	možne točke	dosežene točke
A.	Bralno razumevanje - 1. Naloga	10	
	2. naloga	14	
B.	Strukture – naloga dopolnjevanja	15	
C.	Strukture – slovnične naloge – 1. Naloga	9	
	2. naloga	12	
D.	Pisno sporočanje	10	
	Skupno število točk	70	

A) Leseverstehen

Weißbrot ist besser als sein Ruf

- In einem Experiment haben israelische Forscher überprüft, wie der Körper auf unterschiedliche Arten von Brot reagiert.
- Sie fanden keine wesentlichen Unterschiede bei den Effekten von Weißbrot und Vollkornbrot auf die Gesundheit.

Von Tina Baier

Für Anhänger von Goji-Beeren, Chia-Samen und anderen angeblich supergesunden Lebensmitteln ist Weißbrot so etwas wie Weihwasser für den Teufel oder Tageslicht für Graf Dracula. Ihrer Überzeugung nach macht Weißbrot nicht nur dick, sondern auch noch krank. Diabetes, Herzinfarkt und Schlaganfall sind nur einige von vielen Übeln, die Weißbrot verursachen soll. Kurz: „Je weißer das Brot, desto schneller bist du tot.“ So steht es in vielen Ernährungsratgebern.



Dabei gibt es immer mehr Studien, die zeigen, dass weißes Brot viel besser ist als sein Ruf und nicht unbedingt schlechter als das „gesunde“ Vollkornbrot - das so heißt, weil alle Bestandteile des Korns enthalten sein müssen, während beim Weißbrot die Schale vor dem Mahlen entfernt wird. In der aktuellen Ausgabe der Fachzeitschrift *Cell Metabolism* sind Ernährungswissenschaftler des israelischen Weizmann-Instituts der Frage nachgegangen, welche Art von Brot gesünder ist: labbriges Weißbrot aus der Fabrik oder frischgebackenes Vollkornbrot aus Sauerteig.

„Verschiedene Menschen reagieren unterschiedlich auf ein und dasselbe Lebensmittel“

Um das herauszufinden, ließen sie Freiwillige zwei Wochen lang große Mengen Brot verspeisen: Etwa 25 Prozent ihres täglichen Kalorienbedarfs mussten die Versuchsteilnehmer durch Brot decken. Die eine Hälfte durfte ausschließlich Weißbrot aus der Packung essen, die andere bekam frisch gebackenes Vollkornbrot geliefert. Täglich maßen die Wissenschaftler alle möglichen gesundheitsrelevanten Parameter: den morgendlichen Zuckergehalt im Blut, die Konzentration wichtiger Mineralstoffe wie Kalzium, Eisen und Magnesium; außerdem Cholesterin- Leber- und Nierenwerte. Sie fanden: nichts. „Entgegen unserer eigenen Erwartung, gab es keine klinisch signifikanten Unterschiede zwischen den Effekten der beiden Brotarten“, sagt einer der Forscher. Neu ist die Diskussion ums Brot nicht: Sogar Platon hat sich schon mit der Frage beschäftigt, ob sich die ideale Gesellschaft von grobem Brot oder feinem Gebäck ernähren soll - ohne eine Lösung zu finden. In den Fünfzigerjahren, als das Toastbrot in Deutschland bekannt wurde, war die Antwort dagegen vollkommen klar: Weißbrot galt im Vergleich zu anderen Sorten als „gehobene“ Brotmahlzeit, wozu nicht unwesentlich die Erfindung des Toast Hawaii beigetragen haben dürfte. Ob Weißbrot aus ernährungsphysiologischer Sicht gut oder böse ist, konnten auch die israelischen Forscher nicht abschließend beantworten. In einem zweiten Teil ihres Experiments stellten sie aber fest, dass bei etwa der Hälfte ihrer Probanden der Blutzuckerspiegel schneller anstieg, wenn sie Weißbrot gegessen hatten, bei der anderen Hälfte zeigte sich dieser Effekt bei Vollkornbrot. „Verschiedene Menschen reagieren unterschiedlich auf ein und dasselbe Lebensmittel“, schreiben die Wissenschaftler.

Vielleicht ist es so, dass sich Lebensmittel schlicht nicht in „gesund“ oder „ungesund“ einteilen lassen: Während dem einen Schweinebraten mit Knödel guttut, fühlt sich der andere mit Goji und Chia wohl. Ein Ernährungswissenschaftler aus Singapur hat versucht, beide Welten miteinander zu versöhnen: Er erfand „Purple Bread“, ein lila Weißbrot, das angeblich supergesunde Substanzen enthält, die vor Herzkrankheiten schützen.

Quelle: <http://www.sueddeutsche.de/gesundheit/ernaehrung-weissbrot-ist-besser-als-sein-ruf-1.3535468>



Šolsko tekmovanje v znanju nemškega jezika za 2. in 3. letnik srednjih šol
Skupina D: gimnazijski program – 1. tuji jezik (3. letnik)

- 1. Sind die Aussagen richtig (R) oder falsch (F)? Kreuze an.** **10 Pkt./ ___**
So trditve pravilne (R) ali ne (F)? Označi.

	R	F
1. Die Forscher fanden größere Unterschiede bei den Effekten von Weißbrot und Vollkornbrot auf die Gesundheit.		
2. Anhänger von Goji-Beeren und Chia-Samen sind überzeugt, dass Weißbrot Krankheiten verursacht.		
3. Weißes Brot ist gesünder als behauptet wird.		
4. Ernährungswissenschaftler des israelischen Weizmann-Instituts untersuchten nicht, ob Weißbrot oder Vollkornbrot gesundheitsfördernd sind.		
5. Die Versuchsteilnehmer haben etwa ein Viertel ihres täglichen Kalorienbedarfs durch Brot gedeckt.		
6. Die Forscher erwarteten, dass Weißbrot und Vollkornbrot verschiedene Wirkungen haben.		
7. Es wurde schon vor Jahrhunderten über das Brot diskutiert.		
8. Die israelischen Forscher haben herausgefunden, dass Weißbrot aus ernährungsphysiologischer Sicht böse ist.		
9. Bei Menschen zeigen sich verschiedene Wirkungen auf Lebensmittel.		
10. Ein Biowissenschaftler aus Singapur versuchte beide Welten miteinander zu verbinden.		

- 2. Drücke das Unterstrichene mit anderen Worten aus.** **14 Pkt./ ___**
Podčrtano izrazi z drugimi besedami.

1. In einem Experiment haben israelische Forscher überprüft, wie der Körper auf unterschiedliche Arten von Brot reagiert.

2. Sie fanden keine wesentlichen Unterschiede bei den Effekten von Weißbrot und Vollkornbrot auf die Gesundheit.

3. Sie ließen Freiwillige zwei Wochen lang große Mengen Brot verspeisen.



Šolsko tekmovanje v znanju nemškega jezika za 2. in 3. letnik srednjih šol
Skupina D: gimnazijski program – 1. tuji jezik (3. letnik)

4. Täglich maßen die Wissenschaftler alle möglichen gesundheitsrelevanten Parameter.

5. Es gab keine klinisch signifikanten Unterschiede zwischen den Effekten der beiden Brotarten.

6. Vielleicht ist es so, dass sich Lebensmittel schlicht nicht in „gesund“ oder „ungesund“ einteilen lassen.

7. Vielleicht ist es so, dass sich Lebensmittel schlicht nicht in „gesund“ oder „ungesund“ einteilen lassen.

B) Strukturen – Lückentext

1. **Setze die fehlenden Formen, Endungen und Wörter ein. Achte auch auf die korrekte Schreibung.** 15 Pkt./___

Vstavi manjkajoče oblike, končnice in besede. Pazi na pravilen zapis.

Glutenfrei ist kein Allheilmittel

Im Gegenteil: Voreiliger Verzicht _____ (1) Vollkornprodukte könne sogar Nachteile für Herz und Kreislauf haben, warnen Fachärzte. Doch die Unverträglichkeit ist zu ein _____ (2) Modeerscheinung geworden.

Von Patrick Illinger

Eine große Studie zum Thema Gluten in der Ernährung führt derzeit _____ (3) heftigen Diskussionen. Die in der vergangenen Woche im British Medical Journal veröffentlichte, mit Daten von 110 000 Probanden durchgeführte Forschungsarbeit von US-Ärzten kommt zu dem Schluss, _____ (4) ein radikaler Verzicht auf glutenhaltige Nahrungsmittel Nachteile haben kann. Die Forscher raten nur jenen Menschen Gluten zu meiden, bei _____ (5) medizinisch



gesichert eine Zöliakie diagnostiziert wurde. Für all jene, _____ (6) eine Unverträglichkeit nur vermuten, könne der langfristig _____ (7) Verzicht insbesondere auf Vollkornprodukte Nachteile haben, zum Beispiel ein erhöht _____ (8) Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

_____ (9) Phänomen der Gluten-Unverträglichkeit hat in den vergangenen Jahren in westlichen Gesellschaften starke Aufmerksamkeit bekommen. Große Teile der Bevölkerung haben sich dafür entschieden, den vermeintlich nachteiligen Weizenbestandteil penibel _____ (10) meiden. Gluten kommt auch in anderen Getreidearten vor und sorgt für die Festigkeit der Körner. Insbesondere Vollkornprodukte enthalten Gluten. Bei Menschen mit einer Zöliakie löst Gluten heftige Reaktionen _____ (11) eine Darmentzündung _____ (12). Doch in jüngerer Zeit ist Gluten-Unverträglichkeit zu einer Modeerscheinung geworden, was einer gewissen Absurdität nicht entbehrt, schließlich ernährt _____ (13) die Menschheit _____ (14) tausend Jahren von Weizen und anderem Getreide. _____ (15) heute das Stichwort „Gluten“ bei Google eingibt, erfährt bereits in den ersten Treffern, dass Gluten „gesundheitsschädlich“ und „gefährlich“ sei. Die Zahl der Menschen, die bei sich selbst eine Gluten-Unverträglichkeit vermuten, hat in den vergangenen Jahren extreme Ausmaße angenommen. Sie übertrifft bei Weitem den knapp ein Prozent großen Anteil der Bevölkerung, die medizinisch nachweisbar unter einer Zöliakie leiden.

Quelle: <http://www.sueddeutsche.de/gesundheit/gesunde-ernaehrung-glutenfrei-ist-kein-allheilmittel-1.3494601>

C) Strukturen – Grammatische Aufgaben

- 1. Verbinde die Sätze mit sinnvollen Konjunktionen zu jeweils einem Satz. Stelle die Satzteile und Sätze je nach Bedarf um und schreibe die ganzen Sätze auf. 9 Pkt./_____**
Poveži stavke s smiselnimi vezniki. Povedi po potrebi preoblikuj in jih v celoti izpiši.

1. Man lässt Vollkornprodukte in der Ernährung aus. Es besteht ein Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

2. Menschen meiden Gluten. Sie leiden an einer Gluten-Unverträglichkeit.



3. Der Verzicht auf Vollkornprodukte hat Nachteile. Ich weiß es.

2. Bilde aus den gegebenen Wörtern je nach Kontext ein inhaltlich und formal passendes Verb, Adjektiv oder Substantiv! 12 Pkt./ ____

Iz danih besed smiselno tvori glagol, pridevnik ali samostalnik.

Steirisches Kürbiskernöl im Test

Von Patricia Metz

Trendprodukt Kürbiskernöl

Während Kürbiskernöl hierzulande noch vor wenigen Jahren nahezu unbekannt war, entwickelt sich das „grüne Gold der Steiermark“ auch bei uns inzwischen zum Trendprodukt. Vor allem an Salaten, in Suppen und zu Süßspeisen ist das grün-rot changierende Öl mit der nussigen Note nicht nur bei Gourmets eine (1/Beliebtheit) _____ Speisezutat.

Aufgrund seines hohen Anteils an sekundären Pflanzenstoffen, Linolsäure und Vitaminen gilt Kürbiskernöl als besonders gesund. Positive Effekte auf den Cholesterinspiegel, die Prostata und gegen Haarausfall werden ihm nachgesagt. Zwei koreanische Doppelblindstudien aus 2009 und 2014 liefern Belege für diese Effekte auf Prostata und Haarwuchs.

Regionales Traditionsprodukt Steirisches Kernöl

Steirische Kernöle tragen das blau-gelbe EU-Siegel für geschützte geografische (2/angeben) _____ (g.g.A.). Normalerweise heißt das, dass nur ein Produktionsschritt im bezeichneten Gebiet (Steiermark) erfolgt sein muss.

Um die Qualität ihres regionalen Traditionsprodukts zu (3/Schutz) _____, haben steirische Kürbisbauern besonders strenge Regeln im EU-Recht verankern lassen: Anbau und Verarbeitung müssen in der Steiermark, in Niederösterreich oder im Burgenland nach original steierischer Machart erfolgt sein. Durch eine grün-weiße Banderole mit einer fortlaufenden Flaschenkontrollnummer möchten die Hersteller noch mehr Produktransparenz erzeugen.

Der Stichprobentest

Aufgrund (4/Verschiedenheit) _____ Meldungen aus den Vorjahren wollte die Servicezeit herausfinden, ob steirische Kürbiskernöle aus deutschen Supermärkten tatsächlich original steierischer Herkunft sind und ob sie Pestizide und Umweltchemikalien über den zulässigen Höchstmengen enthalten. Sechs Öle wurden daher im Rahmen unserer Stichprobe untersucht.



Herkunftsbeleg durch Elementspuren-Fingerprint

An der Montanuniversität Leoben in Österreich (Steiermark) wurde eine praxistaugliche Methode zur Herkunftsbestimmung von Kürbiskernölen entwickelt. Durch den Nachweis von Elementspuren-Fingerprints können die (5/Untersuchung) _____ Öle mit Ölen bekannter Herkunft (6/Abgleichung) _____ und geografischen Gebieten zugeordnet werden.

Fünf von den untersuchten sechs Ölen konnten (7/ohne Zweifel) _____ als original steirisch identifiziert werden. Bei der sechsten Probe war die Zuordnung nicht möglich. Anhand der Chargennummer ließ sich aber nachträglich nachvollziehen, dass die verwendeten Kürbiskerne aus Randgebieten des Burgenlands und Niederösterreichs stammten. Auch dieses Öl darf laut EU-Gesetz die Bezeichnung „Steirisches Kürbiskernöl“ tragen.

Nachweis von Umweltgiftspuren in allen Ölen

In allen sechs Ölen wurden Spuren des Umweltgifts Hexachlorbenzol (HCB) nachgewiesen. HCB ist ein besonders toxischer, langlebiger Schadstoff und steht im (8/verdächtigen) _____ krebserregend, fruchtschädigend und hormonaktiv zu sein. Bereits 1981 wurde HCB zunächst innerhalb der EU, 2001 dann weltweit verboten, das (9/verbieten) _____ trat aber erst 2004 in Kraft. Rückstände des Stoffes finden sich in vielen Äckern überall auf der Welt.

Kürbiskerne nehmen HCB aufgrund ihres hohen Fettanteils in besonderem (10/messen) _____ auf. Um die Verkehrsfähigkeit von Kürbiskernen weiterhin zu gewährleisten, wurde der zulässige Höchstgehalt für Kürbiskerne innerhalb der EU von 0,02 mg/kg auf 0,05 mg/kg (11/Anhebung) _____.

Im Rahmen eines Qualitätssicherungsprogramms der Gemeinschaft Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. werden regelmäßig Rückstandskontrollen (12/Durchführung) _____. Steirische Kürbisbauern sind angehalten, die gesetzlichen Höchstgehalte für HCB deutlich zu unterschreiten, indem sie nur solche Äcker bepflanzen, die für den Kürbisbau unproblematisch sind.

Quelle: <http://www1.wdr.de/verbraucher/ernaehrung/kuerbiskernoel-steiermark-test-100.html>

