# Arbeitsblatt 1: Quiz-Antworten

* 1. Falsch
  2. Heimische Beeren und Kohl zählen zu den regionalen „Superfoods“.
  3. Stabiler Blutzuckerspiegel
  4. Richtig
  5. Pesco-Vegetarier essen pflanzliche Lebensmittel sowie Eier, Milch (-produkte) und Fisch.
  6. Sie sind für Menschen gedacht, die an einer Zöliakie leiden (0,5-1 % der Deutschen).
  7. Bei einer veganen Ernährungsweise ist für eine ausreichende Vitamin-B12-Versorgung die Einnahme eines Präparats notwendig.

|  |
| --- |
| „Gesund genießen am Arbeitsplatz“ von Prof. Dr. Anne Flothow ist lizenziert unter einer [Creative Commons Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International Lizenz](http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/). |