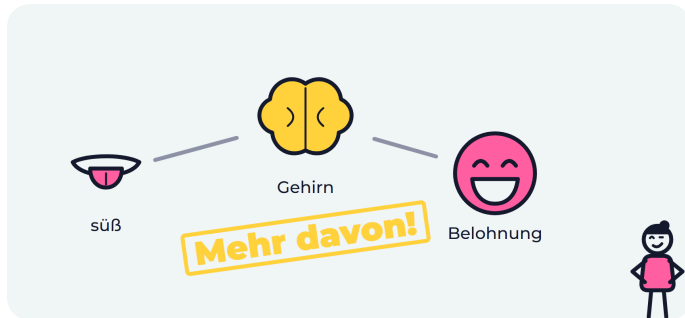
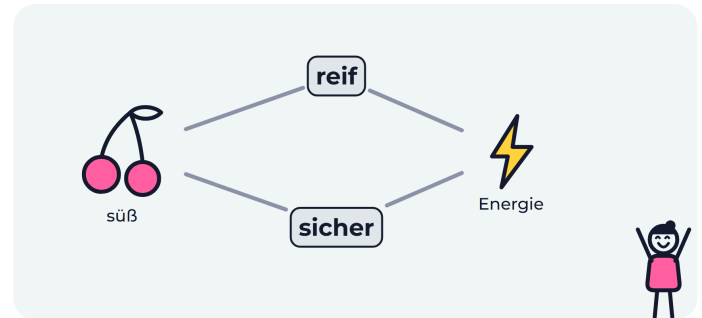


Warum ist Zucker so lecker?

Süß – das Gehirn belohnt



Süß hieß früher: Energie



Wusstest du?

Tausende

Geschmacksknospen sitzen auf deiner Zunge.

17

Stück Würfelzucker stecken ungefähr in einer Halbliterflasche Cola.

überall

auf der Zunge schmeckst du süß – nicht nur an der Spitze.

So geht's

- 1 Die Zunge schmeckt: süß!
- 2 Nerven melden es ans Gehirn.
- 3 Das Gehirn verteilt eine Belohnung.
- 4 Du willst mehr davon.

Süß hieß früher: reif, sicher, voller Energie.

Kurz gesagt

- Süß mögen schon Babys.
- Bitter konnte früher giftig heißen.
- Heute steckt Zucker fast überall drin.
- Zucker mögen deine Zähne gar nicht.

Warum ist Zucker so lecker?

Name: _____

1 Probier es aus: Wie viele Zuckerwürfel stecken in deinen Getränken?

SICHER IST SICHER

Ganz ungefährlich: Frag vorher, welche Getränke du nehmen darfst. Die Zuckerwürfel kommen danach zurück in die Packung.

DU BRAUCHST

- 3 Getränkeflaschen oder -packungen aus dem Kühlschrank
- Würfelzucker
- 3 Teller
- Stift

SO GEHT'S

- 1 Such auf jeder Packung die Zeile „davon Zucker“ – pro 100 Milliliter.
- 2 Teil die Zahl durch 3: So viele Würfel sind es ungefähr.
- 3 Leg die Würfel auf einen Teller neben das Getränk.
- 4 Vergleich die drei Teller.

Welches Getränk hat am meisten Zucker – und welches hättest du nicht gedacht?

2 Schätz mal! Kreuz an, was du glaubst.

Wo auf der Zunge schmeckst du süß?

☐

nur an der Spitze

☐

überall

☐

nur hinten

Wie viele Zuckerwürfel stecken ungefähr in einer Halbliterflasche Cola?

☐

2

☐

8

☐

17

Was konnte bitter früher heißen?

☐

Vorsicht, vielleicht giftig

☐

reif und lecker

☐

gut für die Zähne

Warum ist Zucker so lecker?

3 Mythos oder wahr?

	STIMMT	STIMMT NICHT
Babys mögen Süßes schon von Anfang an.	☐	☐
Süß schmeckt man nur an der Zungenspitze.	☐	☐
Muttermilch schmeckt ein bisschen süß.	☐	☐
Früher gab es Süßes in der Natur an jeder Ecke.	☐	☐
Ein Apfel macht wegen seiner Fasern länger satt als Limo.	☐	☐

Warum ist Zucker so lecker?

ZUM NACHSCHAUEN

Beim Versuch zählen die Zahlen von deinen Packungen. Bei den Schätzfragen steht dabei, warum.

1 Probier es aus: Wie viele Zuckerwürfel stecken in deinen Getränken?

Welches Getränk hat am meisten Zucker – und welches hättest du nicht gedacht?

Ein Würfel wiegt ungefähr 3 Gramm. Limonade und Saft haben oft 3 bis 4 Würfel pro 100 Milliliter, Wasser hat gar keinen. Manches Getränk, das gesund aussieht, hat überraschend viel Zucker.

2 Schätz mal! Kreuz an, was du glaubst.

Wo auf der Zunge schmeckst du süß?

☐

nur an der Spitze

☒

überall

☐

nur hinten

Überall – die Zungenkarte mit Süß vorn ist ein Mythos.

Wie viele Zuckerwürfel stecken ungefähr in einer Halbliterflasche Cola?

☐

2

☐

8

☒

17

Ungefähr 17 – so viele, dass sie kaum in deine Hand passen.

Was konnte bitter früher heißen?

☒

Vorsicht, vielleicht giftig

☐

reif und lecker

☐

gut für die Zähne

Viele giftige Pflanzen schmecken bitter – darum spucken schon Babys Bitteres aus.

Warum ist Zucker so lecker?

3 Mythos oder wahr?

	STIMMT	STIMMT NICHT
Babys mögen Süßes schon von Anfang an.	☒	☐
Süß schmeckt man nur an der Zungenspitze.	☐	☒
Muttermilch schmeckt ein bisschen süß.	☒	☐
Früher gab es Süßes in der Natur an jeder Ecke.	☐	☒
Ein Apfel macht wegen seiner Fasern länger satt als Limo.	☒	☐