



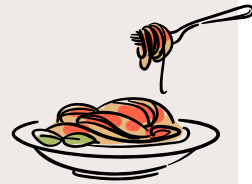
Getreiderätsel

 Lies die Informationstexte und finde die Lösungen.

1

Ich bin das Getreide, zu dem die meisten Menschen in Österreich greifen. Aus mir werden Semmeln, Kuchen, Pizza oder Nudeln gemacht. Dieser Teig kann besonders gut aufgehen.

Wer bin ich? Weizen



2

Aus mir entsteht oft Schwarzbrot. Ich wachse auch in kühleren Regionen gut. Das Brot schmeckt kräftig und bleibt lange frisch.

Wer bin ich? Roggen



3

Viele essen mich zum Frühstück im Müsli oder als Flocken. Ich mache lange satt und helfe der Verdauung. Meine Körner hängen locker an kleinen Rispen.

Wer bin ich? Hafer



4

Ich habe lange borstige Spitzen an meinen Ähren. Aus mir wird Malz für Bier gemacht. Außerdem komme ich oft in Suppen vor.

Wer bin ich? Gerste





Ich bin nah mit Weizen verwandt und ich schmecke leicht nussig.

5 Meine Körner stecken fest in einer Hülle.

Wer bin ich? Dinkel

Ich wachse auf hohen Pflanzen mit großen Kolben.

6 Aus mir entstehen Popcorn, Polenta und Cornflakes.
Ich brauche viel Sonne und Wärme. Ich bin glutenfrei.



Wer bin ich? Mais

Meine kleinen Körner enthalten viele Mineralstoffe wie Eisen.

7 Man kann mich als Brei oder Beilage essen. Ich bin glutenfrei.

Wer bin ich? Hirse



Für viele Menschen auf der Welt bin ich ein wichtiges Grundnahrungsmittel. Man kocht mich als Beilage oder macht Risotto aus mir.

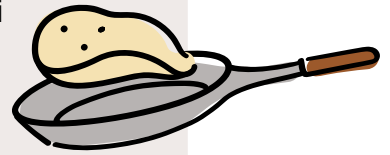
8 Ich brauche viel Wasser zum Wachsen. Ich bin glutenfrei.

Wer bin ich? Reis



9

Ich gehöre eigentlich nicht zu den echten Getreidearten. Aus mir kann man Brot oder auch Palatschinken machen. Ich bin glutenfrei und in Kärnten als „Hadn“ bekannt.



Wer bin ich? **Buchweizen**

10

Meine kleinen Körner enthalten viel Eiweiß und Ballaststoffe. Ich werde oft wie Reis gekocht. Ich bin glutenfrei.



Wer bin ich? **Quinoa**



11

Ich habe winzige Körner und enthalte viel Eiweiß. Manchmal werde ich gepoppt und ins Müsli gemischt. Ich bin glutenfrei.

Wer bin ich? **Amarant**

Glutenfrei bedeutet, dass in diesen Lebensmitteln nicht das Klebereiweiß Gluten steckt. Deshalb können sie für Menschen geeignet sein, die Gluten nicht vertragen.

