

## Arbeitsblatt 3

## Keine Chance für Frühstücksmuffel

Sie sollen für ein gesundes Frühstückbuffet einen Beitrag leisten. Bitte denken Sie sich eine leckere, gesunde Mahlzeit aus, die Ihnen selber schmeckt. Notieren Sie die Zutaten und das Rezept präzise und für alle nachvollziehbar. Entscheiden Sie sich auch für ein passendes Getränk. Sie können für Ihre Recherche das Internet nutzen. Auf den folgenden Websites finden Sie viele Anregungen und Tipps rund um das Thema „Gesunde Ernährung“:



Foto: Fotolia/luchs07

[www.talkingfood.de](http://www.talkingfood.de)  
[www.was-wir-essen.de](http://www.was-wir-essen.de)  
[www.ernaehrung.de](http://www.ernaehrung.de)  
[www.checked4you.de/UNI129674191324266/ernaehrung](http://www.checked4you.de/UNI129674191324266/ernaehrung)  
[www.jobundfit.de](http://www.jobundfit.de)  
[www.fruehstueckstisch.de](http://www.fruehstueckstisch.de)  
[www.machmit-5amtag.de](http://www.machmit-5amtag.de)  
[www.gutdrauf.net/index.php?id=579](http://www.gutdrauf.net/index.php?id=579)

**Zutaten:****Rezept:****Das Getränk meiner Wahl:**