



miteinander reden.
weiter denken.
gemeinsam handeln.

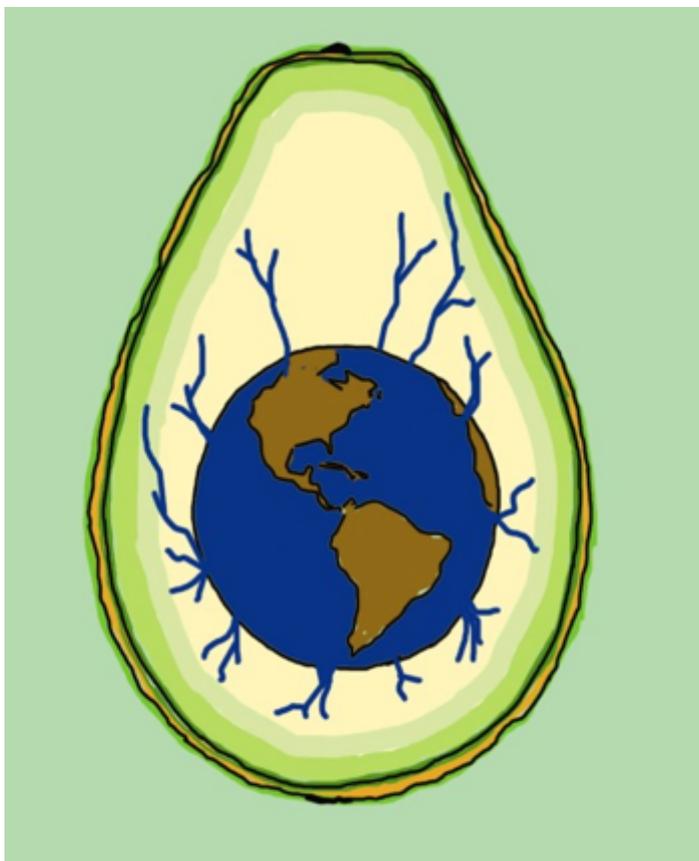
Gewissensbisse – Ressourcenverbrauch einer Avocado

Arbeitsauftrag für die Gruppenarbeit

Schaut euch zunächst die Bilder und Videoclips konzentriert an.

Tauscht euch im Anschluss darüber aus,

- ✓ wie die Avocado auf den einzelnen Bildern dargestellt ist,
- ✓ in welchem Kontext das Bild eingebettet ist,
- ✓ welche Wirkung dies auf euch hat.
- ✓ Stellt dann Vermutungen darüber an, welches Interesse sich hinter der Abbildung / dem Clip verbergen könnte und wer dabei womöglich wen wozu auffordern möchte.



Dieses Gemüse ist gemein“, SZ-Grafik von Stefan Dimitrov, SZ.de vom 09.06.2019, © Süddeutsche Zeitung GmbH, München. Mit freundlicher Genehmigung von Süddeutsche Zeitung Content (www.sz-content.de)



Beauty Food – Rezepte: Avocado-Orangen-Salat

Für 2 Portionen: 1 Handvoll geputzte Radicchioblätter, 1/2 Avocado, 1 Orange, 1 Limette, 1 kleine Zwiebel, 1/2 Becher (100 g) fettarmer Naturjoghurt, Salz, Pfeffer, 1/2 kleine rote Chilischote

VON ANGELIKA KARL, 09.03.2011



Für Haut und Gefäße: Avocados sind reich an wertvollen Fetten wie Ölsäure, an Kalium, Vitamin E und B-Vitaminen
© W&B/Carsten Eichner

Zubereitung: Zwiebel fein hacken. Limette auspressen. Avocadofruchtfleisch aus der Schale lösen. Die Hälfte würfeln, den Rest mit Zwiebel, Limettensaft und Joghurt pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Chilischote längs aufschneiden, sorgfältig von Kernen und hellen Innenhäuten befreien, in sehr feine Streifen schneiden. Orange schälen, in dünne Scheiben schneiden, halbieren. Radicchio auf zwei Teller verteilen. Orangenscheiben und Avocadowürfel darauf anrichten. Mit dem Joghurtdressing beträufeln.

Pro Portion: Etwa 195 Kilokalorien, 4 g Eiweiß, 15 g Fett, 8 g Kohlenhydrate und 5 g Ballaststoffe

Tipp: Dazu Vollkornbaguette reichen.





miteinander reden.
weiter denken.
gemeinsam handeln.

Festliche Bissen
Knusprige Crostini mit selbst gemachter Avocadocreme, Räucherlachs und frischer Kresse sind ein echtes Highlight beim Weihnachtsbrunch.

KNALLER!
Aktionspreis
1.19

Kreative Küche
Aus pürierter Avocado, etwas Limettensaft, Salz, Pfeffer und Korianderkraut lässt sich im Handumdrehen ein leckerer veganer Brotaufstrich zaubern.

KNALLER!
Aktionspreis
1.49

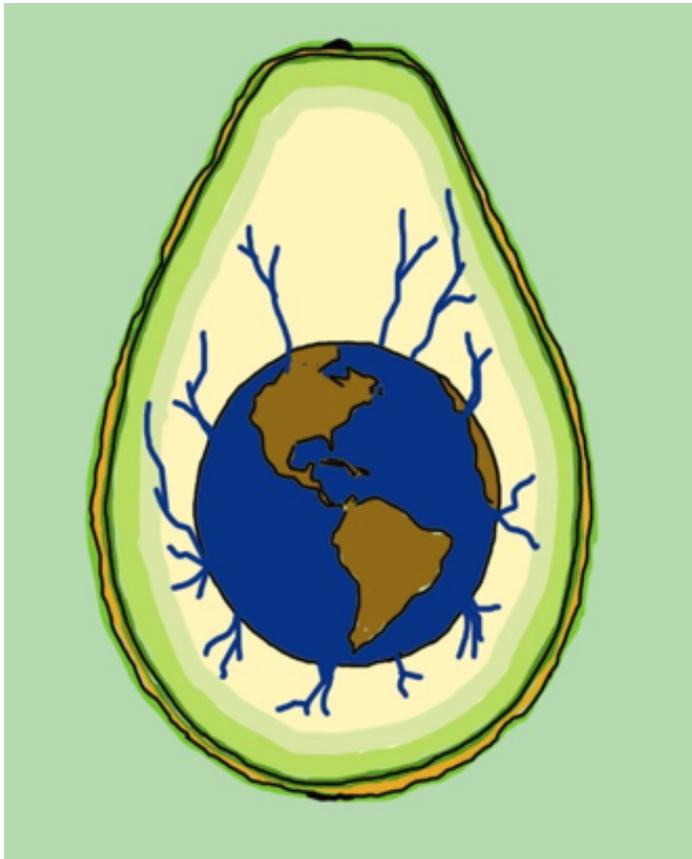
REWE
BESTE WAHL

Esselle Avocado
»Hasse«, Herkunft: siehe Etikett, Kl. I, je St.

Aromatische Avocado
Zu Gebrühtem passt super ein Salat aus Kichererbsen, Avocado, Feta, roter Zwiebel, Minze und einem Olivenöl-Limettensaft-Dressing.

KNALLER!
Aktionspreis
0.99

Peru/Kenia/Marokko:
Vorgereifte Avocado
»Hasse«, Kl. I, je St.



Dieses Gemüse ist gemein“, SZ-Grafik von Stefan Dimitrov, SZ.de vom 09.06.2019, © Süddeutsche Zeitung GmbH, München. Mit freundlicher Genehmigung von Süddeutsche Zeitung Content (www.sz-content.de)





miteinander reden.
weiter denken.
gemeinsam handeln.

Gewissensbisse – Ressourcenverbrauch einer Avocado_____

Betrachtet gemeinsam die folgenden Video-Clips
der Supermarktkette „Edeka“:

https://www.youtube.com/watch?v=_VAUm6p7w3s

<https://www.youtube.com/watch?v=oraZ3JhLnc>