

Vegetarismus und Veganismus

Einstieg:

Findet im Internet eine Definition für „Vegetarier“ und „Veganer“. – Erklärt euch gegenseitig: Was ist ein Vegetarier? Was ist ein Veganer?

Es gibt auch ein Video dazu: [Was sind Vegetarier, was sind Veganer](#)

Schaut das Video an. Habt ihr alles verstanden? Helft Euch gegenseitig beim Verstehen!

die Mangelerkrankung – Zeichen, dass dem Körper wichtige Elemente fehlen
 das Mitgefühl – die Anteilnahme
 die Gesundheit – Gegenteil von „Krankheit“
 der Leckerbissen – ein sehr gut schmeckendes Essen
 der Tofu - aus Sojabohnen gewonnenes käseähnliches geschmacksneutrales Nahrungsmittel
 die Soja – Bohnenpflanze, die viel Eiweiß enthält
 fleischlos – Produkt, das nicht von einem Tier kommt
 auf etwas verzichten – etwas nicht tun

Aufgabe 1:

Tauscht euch aus: Kennt Ihr Menschen, die vegetarisch oder vegan leben? Vielleicht esst ihr selbst kein Fleisch?

Mein Freund / Bruder / ... / Meine Freundin / Schwester / Mutter / ... isst kein Fleisch / Fisch / keine tierischen Lebensmittel.

Er / Sie will keine Tiere töten. Er / Sie will gesund leben.

Ich mag (kein) Fleisch und Fisch. Ich esse (kein) Fleisch / Fisch / tierische Lebensmittel, weil ich gesünder leben will / keine Tiere töten will / ...

Aufgabe 2:

Sucht ein veganes oder vegetarisches Rezept im Internet (zum Beispiel: bei [Vegan Guerilla](#) oder [Vegetarische Rezepte](#)), und erklärt eurem Partner das Rezept. Welche Zutaten benötigt er? Worauf muss er beim Kochen achten?

Weiterführende Aufgabe:

Kocht die Rezepte nach und macht Fotos von dem Essen. Schickt Euch gegenseitig die Fotos. Unterhaltet Euch: Wie schmeckt das Essen?

Magst du das Rezept? Hat das Essen geschmeckt?

Das Essen schmeckt mir (gar nicht). Ich mag (lieber) mehr / weniger Gemüse / Fleisch / Fisch / Gewürze / ...

Es ist sehr lecker. Es schmeckt sehr fein. Ich koche (nicht) mehr ohne Fleisch / Fisch / tierische Lebensmittel.

Quellen

- Video 1 <https://www.youtube.com/watch?v=t1oTAU4L0zo>
Text 1 <http://www.veganguerilla.de/rezepte/>
Text 2 <http://www.vegetarische-rezepte.com/>