

## Pflanzen, die uns ernähren

In den Gärten und auf den Äckern wachsen Pflanzen, die wir als Nahrung brauchen. Pflanzen enthalten viele Vitamine, die für unsere Gesundheit wichtig sind!

Auf den Äckern wächst Getreide. Wir essen die Samen. Welche Getreidearten kennst du?

Roggen, Hafer, Weizen, Gerste,  
Mais, ...

Was können Bäcker und Köchin aus dem Getreide zubereiten?

Haferflocken, Schwarzbrot,  
Semmeln, Kuchen, Nudeln, ...

Von vielen Gemüsearten schmecken uns die Blätter!

Weißt du, von welchen?

Kraut, Salat, Kohl, Spinat,  
Porree, ...

Von einigen Pflanzen essen wir die Früchte oder nur die Samen.

Welche sind das?

Bohnen, Erbsen, Tomaten,  
Gurken, ...

Von vielen Pflanzen ernten wir die Knollen und Wurzeln. Und zwar von:

Rote Rübe, Kartoffeln, Karotte,  
Kohlrabi, Radieschen, Sellerie, ...

