



## Gemüse und Früchte essen

### Eine kunterbunte Gemüsesuppe und ein flippiger Fruchtsalat

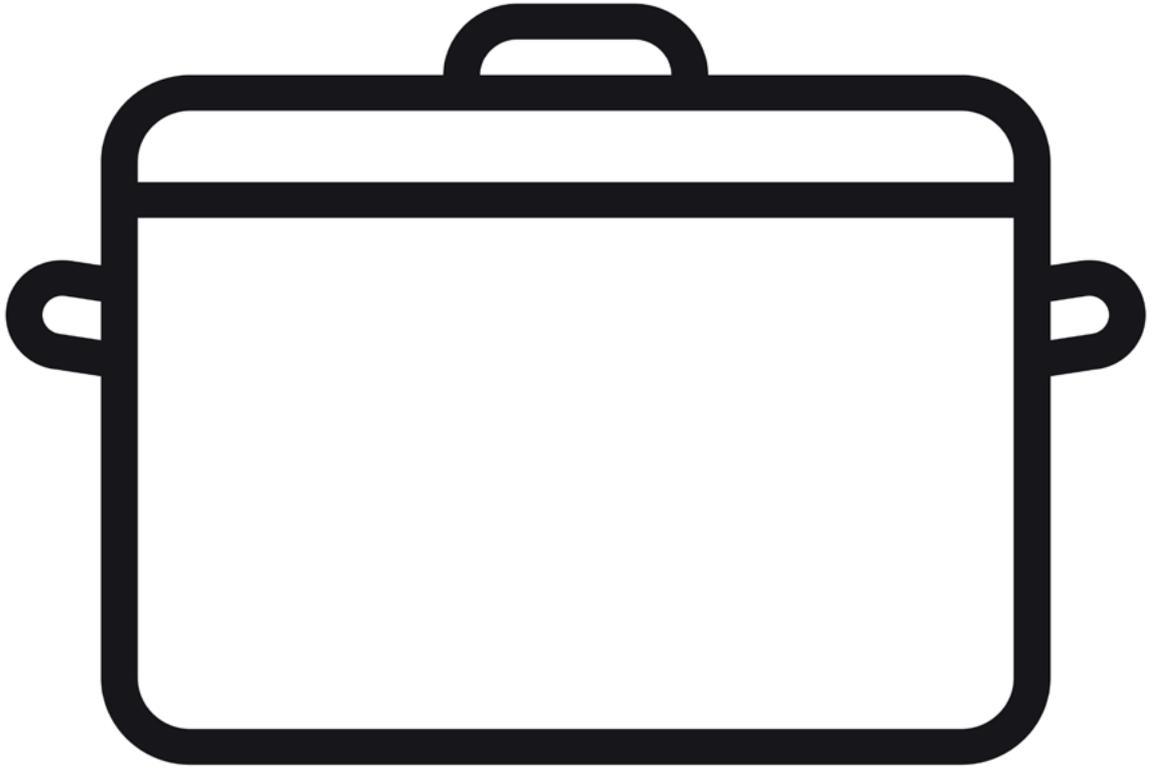
Die Natur bietet uns eine Vielzahl an farbigen Früchten und Gemüsen. Manche sind saftig, andere knackig, einige sauer, andere süss. Da ist bestimmt für jeden was dabei! Lasst uns eine kunterbunte Gemüsesuppe und einen flippigen Fruchtsalat mit möglichst vielen verschiedenen Früchten und Gemüsen basteln.

### Material

- ▶ Bild eines Kochtopfs oder einer Schüssel (Vorlagen auf nächster Seite)
- ▶ Prospekte und Zeitungen mit Bildern von Früchten und Gemüsen
- ▶ Schere
- ▶ Leimstift

### Anleitung

1. Drucken Sie das Bild des Kochtopfs und/oder der Schüssel aus oder zeichnen Sie gemeinsam mit dem Kind eigene.
2. Schneiden oder reissen Sie gemeinsam Bilder von Gemüsen und/oder Früchten, die Sie in Zeitungen und Prospekten finden und kleben Sie sie in die Gefässe.
3. Tauschen Sie sich aus: Welche Suppe/welcher Salat entsteht denn da? Und ob das schmeckt? Hast du diese Früchte und Gemüse schon mal probiert? Magst du sie?





## Impressum

### © Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE

Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE  
Eigerplatz 5 | CH-3007 Bern  
T +41 31 385 00 00 | [info@sge-ssn.ch](mailto:info@sge-ssn.ch)

 **tabula** | Zeitschrift für Ernährung  
Redaktion T +41 31 385 00 17 | [www.tabula.ch](http://www.tabula.ch)

 **Ernährungstests**  
[www.sge-ssn.ch/tests](http://www.sge-ssn.ch/tests)

 **shop sge** | Der Online-Shop der SGE  
T +41 31 385 00 00 | [www.sge-ssn.ch/shop](http://www.sge-ssn.ch/shop)

Folgen Sie uns auf



Mit finanzieller Unterstützung von:



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI  
Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und  
Veterinärwesen BLV

