



## Gemüsevielfalt - der Geheimtipp für die Gesundheit

Vorkommen und Wirkung von sekundären Pflanzenstoffen

<b>Ziel</b>	Den vielfältigen Nutzen von pflanzlichen Lebensmitteln entdecken
<b>Dauer</b>	90 Minuten
<b>Inhalt</b>	Pflanzliche Lebensmittel enthalten neben den Hauptnährstoffen eine Vielzahl von Substanzen, die unsere Gesundheit positiv beeinflussen. Die meisten dieser sogenannten sekundären Pflanzenstoffe können als Farbe, Geruch oder Geschmack wahrgenommen werden. <ul style="list-style-type: none"><li>• Vielfalt und Vorkommen von sekundären Pflanzenstoffen</li><li>• positive Wirkung auf die Gesundheit</li><li>• unerwünschte sekundäre Pflanzenstoffe</li><li>• Empfehlungen zum Verzehr von pflanzlichen Lebensmitteln</li></ul>
<b>Zielgruppe</b>	Erwachsene
<b>Durchführung</b>	Vortrag & Gespräch
<b>Voraussetzung</b>	keine
<b>Teilnehmerzahl</b>	mindestens 10

*Dieses Angebot wurde unter [www.eb-gs.de/display-angebot/177](http://www.eb-gs.de/display-angebot/177) gefunden.  
Erstellt am 26.12.2025*