

## Fett-Säuren

Lies die Sätze.

Setze die Wörter aus dem Kasten in die passende Lücke.

Fett	Energie	Essen	Körper	Menge
------	---------	-------	--------	-------

1. Fette geben unserem Körper wertvolle \_\_\_\_\_.
2. Fette unterstützen viele wichtige Prozesse in unserem \_\_\_\_\_.
3. Durch Fett in unserem \_\_\_\_\_ können wir die Vitamine  
A, E, D und K aufnehmen.
4. Fett zu essen, ist in richtiger \_\_\_\_\_ sehr gut für uns.
5. Aber zu viel ungesättigtes \_\_\_\_\_ ist ungesund.

## Lösung

1. Fette geben unserem Körper wertvolle **Energie**.
2. Fette unterstützen viele wichtige Prozesse in unserem **Körper**.
3. Durch Fett in unserem **Essen** können wir die Vitamine  
A, E, D und K aufnehmen.
4. Fett zu essen, ist in richtiger **Menge** sehr gut für uns.
5. Aber zu viel ungesättigtes **Fett** ist ungesund.