

### 10.1 Die Nahrungsmittel

### das Nahrungsmittel, die Tiefkühlkost die Nachspeise, -n die Spirituose, -n die Schonkost die Rohkost die Teigwaren (Pl.) die Zutat, -en reif roh das Eiweiß das Fett, -e das Geflügel das Gewürz, -e die Kräuter (Pl.) das Getreide das Gebäck die Brotsorte, -n das Haltbarkeitsdatum die Kalorie, -n fettarm kalorienarm das Vitamin, -e vitaminreich der Nährwert, -e

#### 10.2 Essen zubereiten

 zu/bereiten	
 braten (brät, briet,	
 hat gebraten)	
 auf/wärmen	
 um/rühren	
 ab/schmecken	
 würzen	
 die Pfanne, -n	•••••
 der Kochtopf, -töpfe	•••••
 kühl lagern	•••••
 auf/tauen	•••••
 ein/frieren	•••••
 lagern	•••••
 verderben (verdirbt, ver-	•••••
 darb, hat/ist verdorben)	•••••
 schlecht werden	•••••
 die Verpflegung	•••••
 die Speise, -n	•••••
 das Gericht, -e	•••••
 der Teig, -e	•••••
 das Hackfleisch	•••••
 gekocht	•••••
 scharf	•••••
 mild	
 lecker	•••••
 schmackhaft	•••••

Übungen 6-10

Übungen 1-5

biologisch organisch

10.3 Die Ernährungsgewoh	nnheiten	die Tischdecke, -n die Serviette, -n das Besteck, -e das Geschirr die Portion, -en die (guten) Manieren (Pl.) sich benehmen (benimmt sich, benahm	
die Ernährung sich ernähren sich bewusst ernähren die Esskultur die Essgewohnheit, -en das hausgemachte Essen das kräftige Essen die Mahlzeit, -en		sich, hat sich benommen) den Tisch decken den Tisch ab/räumen Prost! kauen füttern	Übungen 16-17
die Zwischenmahlzeit, -en das Abendessen, - einen Imbiss ein/nehmen		10.5 Essen gehen	
einen impiss ein/nenmen fressen (frisst, fraß, hat gefressen) das Erfrischungsgetränk, -e der Vegetarier, - vegetarisch fasten eine Diät machen die Essstörung, -en ab/nehmen (nimmt ab, nahm ab, hat abgenommen) zu/nehmen (nimmt zu, nahm zu, hat zugenommen) ab/magern mager magersüchtig die Bulimie übergewichtig		essen gehen der Gasthof, Gasthöfe das Schnellrestaurant, -s die Kantine, -n die Mensa, -s /Mensen das Feinschmeckerlokal, -e der Feinschmecker, - die Bedienung die Selbstbedienung die Speisekarte, -n die Auswahl an D das Trinkgeld, -er	Übungen 18-19
	Übungen 11-15	der Welthunger die Hungersnot die Nahrungsmittel- knappheit die Trinkwasserknappheit die Mangelernährung unterernährt sein verhungern hungrig durstig	

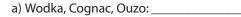
treffend! B2 | © CHR. KARABATOS - Verlag, Athen

10.4 Rund um den Tisch

Übungen 20-21









b) Pfeffer, Zimt, Curry: \_







d) Spaghetti, Tagliatelle, Nudeln: \_



e) Basilikum, Petersilie, Oregano: \_\_\_\_\_



f) Hähnchen, Ente, Gans: \_





g) Kekse, Cookies, Käseplätzchen: \_\_\_\_\_

2 Ergänzen Sie die fehlenden Wörter. Achten Sie auch auf die richtige Form.

Diese (a)	müssen Sie haben:
250 g (b)	– nach Möglichkeit Butter
2 (c) das Eígelb benutzei	– am besten von ganz frischen Eiern, n wir später
400 gr (d)	Fleisch
2 (e) und weich sein	Tomaten – die müssen ganz rot
	kocht sein.

<b>c</b>	
a	
	g
Was esse	en wir heute?
14 . 1 . 7 6 . 1	Mildren Call Consultation to the contract of
Kühlsch	Welche a halten sich eigentlich auch ohne         rank? Gemüse, Obst und andere bProdukte?
Wer ken	nt sich aus?
	empfindlichen <b>a</b> wie Milchprodukte, Fleisch usw. immer küh lagern. Sei besonders vorsichtig mit <b>c</b> Die muss in
	empfindlichen a wie Milchprodukte, Fleisch usw. immer küh
	empfindlichen <b>a</b> wie Milchprodukte, Fleisch usw. immer küh lagern. Sei besonders vorsichtig mit <b>c</b> Die muss in
	empfindlichen a wie Milchprodukte, Fleisch usw. immer küh lagern. Sei besonders vorsichtig mit c Die muss in bei unter -18 Grad gelagert oder gleich verbraucht werden.  : Mein Großvater hat einen sehr empfindlichen Magen und isst nur
d	
d	empfindlichen a wie Milchprodukte, Fleisch usw. immer küh lagern. Sei besonders vorsichtig mit c Die muss in bei unter -18 Grad gelagert oder gleich verbraucht werden.  : Mein Großvater hat einen sehr empfindlichen Magen und isst nur Was soll das denn sein? Essen, das e ist, also
d	empfindlichen a wie Milchprodukte, Fleisch usw. immer küh lagern. Sei besonders vorsichtig mit c Die muss in bei unter -18 Grad gelagert oder gleich verbraucht werden.  : Mein Großvater hat einen sehr empfindlichen Magen und isst nur Was soll das denn sein? Essen, das e ist, also
d	empfindlichen a wie Milchprodukte, Fleisch usw. immer küh lagern. Sei besonders vorsichtig mit c Die muss in bei unter -18 Grad gelagert oder gleich verbraucht werden.  : Mein Großvater hat einen sehr empfindlichen Magen und isst nur Was soll das denn sein? Essen, das e ist, also ett enthält?  Kochgut: Da würde ich mal seinen Arzt fragen, denn das ist von Fall zu Fall verschen. Gut wäre auf jeden Fall, wenn man grundsätzlich f
d	empfindlichen a wie Milchprodukte, Fleisch usw. immer küh lagern. Sei besonders vorsichtig mit c Die muss in bei unter -18 Grad gelagert oder gleich verbraucht werden.  : Mein Großvater hat einen sehr empfindlichen Magen und isst nur Was soll das denn sein? Essen, das e ist, also ett enthält?
d	empfindlichen a wie Milchprodukte, Fleisch usw. immer küh lagern. Sei besonders vorsichtig mit c Die muss in bei unter -18 Grad gelagert oder gleich verbraucht werden.  : Mein Großvater hat einen sehr empfindlichen Magen und isst nur Was soll das denn sein? Essen, das e ist, also ett enthält?  Kochgut: Da würde ich mal seinen Arzt fragen, denn das ist von Fall zu Fall versc den. Gut wäre auf jeden Fall, wenn man grundsätzlich f Produkte wählt, denn da kann man sich sicher sein, dass keine Chemie, Hormon
d kaum Fe	empfindlichen a wie Milchprodukte, Fleisch usw. immer kül lagern. Sei besonders vorsichtig mit c Die muss in bei unter -18 Grad gelagert oder gleich verbraucht werden.  : Mein Großvater hat einen sehr empfindlichen Magen und isst nur Was soll das denn sein? Essen, das e ist, also ett enthält?  Kochgut: Da würde ich mal seinen Arzt fragen, denn das ist von Fall zu Fall vers den. Gut wäre auf jeden Fall, wenn man grundsätzlich f Produkte wählt, denn da kann man sich sicher sein, dass keine Chemie, Hormor

4 Ergänzen Sie die fehlenden Wörter.



Was steht denn hier? ... Dieser Saft hat ein (a) bis zum 20.6.2021.

Genau, der ist (d)
Und der ist auch gesund, denn er hat
nicht nur (e)

C,
sondern auch (e)

B12!

Ist der Saft auch
(g) ?
Also ohne Chemie?

Auf dem Etikett stehen auch die
(b) : Also 100 ml
Saft enthalten 42
(c) Kilo- . Der
macht sicher nicht dick.

Ja, das ist ein
(f) er
Saft.

Das steht hier nicht.

- Was gibt es nicht? Streichen Sie durch.
  - a) Salate: Rohkostsalat Tiefkühlkostsalat Geflügelsalat
  - b) Getränke: Vitaminsaft Kräutertee Gewürzsaft
  - c) Snacks: Getreidebrötchen Nachspeise Eiweißbrot
  - d) Brotsorten: Weißbrot Vollkornbrot Rohkostbrot

Was passiert, bevor man die Speisen essen kann? Ergänzen Sie die fehlenden Wörter.

Pfanne – aufwärmen – umrühren – braten – Kochtopf





10.2

© w.r. wagner / pixelio.de

Welches Verb passt? Finden Sie sieben Verben und ergänzen Sie sie.

R	Ä	W	A	B	R	A	T	E	N		P
Y	Z	E		(H)	J	Y	Z	K	N	W	L
F	U	T	R		N	K	E	N		D	A
$\overline{}$			$\overline{}$			E					
B	E	D	U	(R	W	U	Ö	(C)	$oxed{H}$	X	E
M	lacksquare	E	Y	<b>Z</b>	Ü	W	N	Ä	F	C	R
V	E	R	D	(E)	R	B	E	N	Ü	H	N
N		C	0	(A)	Z	B	Ü	G	T	L	J
V	T	K	L	<b>S</b>	E	R	V	U	T	A	A
Q	E	J	L	(S)	N	E	S	S	E	N	G
J	N	L	P	(P)		H	G	Z	lacksquare	E	E
S	0	A	U	(F)	T	A	U	E	N		N



- a) etwas zum Essen fertig machen, zum Beispiel einen Salat: \_\_\_\_\_
- b) etwas mit dem Essen machen, sodass man es nicht mehr essen kann:
- c) Speisen an einen Platz tun, wo man sie lange lassen kann und sie wieder gefunden werden:
- d) Fleisch oder etwas anderes in einer Pfanne mit Fett sehr heiß werden lassen:
- e) Pfeffer, Salz und Oregano beim Kochen benutzen:
- f) ein Essen aus dem Tiefkühlfach nehmen und warten, bis es weich und warm ist:
- g) einem Essen durch einige besondere Gewürze, Wein, Zitronensaft oder anderes feinen Geschmack geben: \_\_\_\_\_
- 8 Welches Wort passt? Unterstreichen Sie.

**Essen heute** 

Marie: Wir haben zwei Kinder und planen einen Ausflug in die Berge. Welche (a) Verpflegung/Speise/Pfanne sollten wir mitnehmen?

**Dr. Berger:** Besonders geeignet ist alles, was nicht leicht (b) lecker/mild/schlecht wird und auch nahrhaft ist, zum Beispiel belegte Brote, Obst oder Kekse.

**LuiseD:** Ich koche nicht so oft und behalte dann von dem Gericht mehrere Portionen für die nächsten Tage. Sollte ich das übrig gebliebene Essen dann besser (c) umrühren/einfrieren/würzen oder kann ich es auch einfach nur (d) scharf/schmackhaft/kühl lagern und dann problemlos essen?

**Dr. Berger:** Das kommt auf die Jahreszeit an. Im Sommer (e) verdirbt/brät/lagert das Essen schneller, da sollten Sie alles sicherheitshalber in das Tiefkühlfach stecken. Aber auf keinen Fall sollte eine (f) Speise/Pfanne/Verpflegung draußen stehen bleiben, sie muss in den Kühlschrank. Seien Sie besonders vorsichtig bei (g) Verpflegung/Hackfleisch/Gericht: Das muss im Sommer immer sofort verwendet werden!

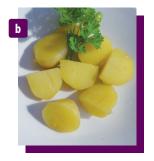
**NadoB:** Wenn Freunde kommen, möchte ich gern etwas (h) Leckeres/Mildes/Kühles kochen. Wo finde ich Rezepte, die leicht und (i) gekocht/schmackhaft/scharf sind?

**Dr. Berger:** Sie können einfach online gehen und auf den Seiten mit Rezepten suchen. Oder noch besser: Fragen Sie erfahrene Köche aus Ihrem Bekanntenkreis und lassen Sie sich genau erklären, wie man ein bestimmtes (j) Hackfleisch/Gericht/Kochtopf kocht.

9 Welches Adjektiv passt? Es gibt mehrere Möglichkeiten.

scharf - gekocht - mild - lecker









Elena möchte einen Kuchen backen. Was braucht sie für den Teig? Streichen Sie durch, was nicht passt.



**10.3** Ergänzen Sie die fehlenden Wörter.

<b>∞</b>
Liebe Gäste,
zu folgenden Zeiten werden unsere (a) serviert:
(a) serviert: Frühstück: von 7.30 – 9.30 Uhr Mittagessen: von 12.00 – 14.00 Uhr
(b): von 18.00 – 20.30 Uhr
Sie können jederzeit einen (c)einnehmen, wir bieten Toasts und Sandwichs an.
wir bieten Toasts und Sandwichs an.
(d), Bier und Wein bekommen Sie
außerhalb der angegebenen Essenszeiten an der Bar. Für (e) bieten wir auch Gerichte ohne Fleisch an. Bitte informieren Sie die
auch Gerichte ohne Fleisch an. Bitte informieren Sie die Küche rechtzeitig vor dem Essen.
Falls Sie gerade eine (f) machen, gibt es beim Mittagessen
auch kleinere Portionen und eine Salatbar.
(NO)

a) Welche Kombination gibt es nicht? Streichen Sie durch.

kultur gewohnheit diät störung zeit

- b) Ordnen Sie den Definitionen die passenden Wörter aus a) zu.
  - a) \_\_\_\_\_: Krankheit, die mit dem Essen zu tun hat
  - b) \_\_\_\_\_\_: in einer Gesellschaft festgelegte Normen beim Essen und Zubereiten von Essen
  - c) \_\_\_\_\_: Routine, der man beim Essen folgt
- 13 Was passt? Ordnen Sie zu.

Sylvia erwartet am Donnerstag vor Ostern Gäste. Alle wollen etwas anderes essen und haben besondere Wünsche. Darauf muss Sylvia achten.

Sie ernährt sich bewusst. – Sie isst vegetarisch. – Sie fastet. – Sie frisst eine Dose Thunfisch. – Sie isst fast nur hausgemachtes Essen. – Sie liebt kräftiges Essen.













- a) Corinna möchte kein Fleisch essen.
- b) Artemis ist religiös. 40 Tage vor Ostern isst sie vieles nicht, z.B. Fleisch und Öl.
- c) Christine isst nur gesunde Lebensmittel und überlegt genau, was und wo sie einkauft.
- d) Karola macht fast alles selbst, was sie isst, sogar Joghurt und Brot.
- e) Lolo mag gerne Fisch. \_\_\_\_\_\_
- f) Eva möchte, dass das Essen sie stärkt, deshalb bevorzugt sie Braten, Fleisch und Kartoffeln.

\_\_\_\_\_

Schreiben Sie die grün gedruckten Wörter richtig. Die Buchstaben helfen Ihnen dabei.



# Diäten im Vergleich

	Es wird Frühling und vielleicht haben Sie auch schon gemerkt, dass Sie im Winter
	(a) zomennugme haben? Lassen Sie sich davon nicht traurig machen,
	sondern überlegen Sie, wie Sie schnell wieder (b) amennebh können
	und in Ihren sexy Bikini vom letzten Sommer passen! Wir haben für Sie mehrere berühmte
	Diäten verglichen:
V	Zitronen-Diät aus Hollywood
	Diese Diät ist effektiv, weil sie Zitrusfrüchte wie Zitronen, Orangen und Grapefruits in die
	tägliche (c) Errgänuhn einführt. So nimmt man schnell ab und bleibt
	jung! Kein Wunder, dass sogar Beyoncé diese Diät bevorzugt.
	Dukan-Diät
	Hier darf man zwar so viel essen, wie man will, aber man muss darauf (d) atechn
	, was man isst. Es dürfen die ersten Tage nämlich nur proteinreiche
	Lebensmittel sein, aber kein Brot, keine Nudeln oder andere Kohlenhydrate oder Fett.
	Man darf jederzeit (e) Zeihwaschmnliezten essen.
	Trennkost-Diät
	Das ist eine sehr einfache Diät. Man darf immer nur eine Sorte Lebensmittel am Tag essen,
	also an einem Tag nur Früchte, an einem anderen nur Käse usw. Das Gute: SO VIEL MAN
	MÖCHTE!! Angeblich können damit sogar stark (f) üwicherbgeitge
	Menschen fast schon (g) merag werden

15 Ergänzen Sie die fehlenden Wörter.

(⊕ ⊖ ⊖	
Send Now School Little Companies Send Little Send State Companies Send Link Bodele Add Attachments Send Signature Send Spring Send Send Send Send Send Send Send Send	
An: 6 summer dispraison to the state of the	
Betreff: Hilfel	
DATE   Machinests none   Machinests   Machi	
Liebe Mara,	
ich brauche unbedingt deine Hilfe!! Seit ich meine letzte (a) gemacht	
habe, ist mein Organismus ganz durcheinander. Ich habe Angst, dass ich nun	
(b) geworden bin, denn ich kann fast gar nichts mehr esse	n
und spüre keinen Hunger. Dabei wollte ich nur eine bessere Figur haben! In de	r
Schule sagten mir meine Freunde, dass ich nicht weiter (c) "" soll.	
Kannst du mir helfen? Was soll ich tun? Muss ich nun zu einem Arzt? Wenn ja,	
zu welchem? Meinst du, ich muss mit meiner Mutter reden? Sie hat mit mir ma	I
über Magersucht und (d) gesprochen, aber das ist schon lange her	
Damals habe ich nicht viel darüber nachgedacht, wie ich mich (e)	
soll.	
Schreib bitte bald, deine Laura	

- a Was sind gute Manieren?
- Jedem, der mit am Tisch sitzt,
   einen guten Appetit wünschen.

   Reim Kauen den Mund offen lass
- 2 Beim Kauen den Mund offen lassen, damit alle sehen können, dass es einem schmeckt.
- 3 Nach dem Essen dabei helfen, den Tisch abzuräumen.
- 4 Sagen, dass es einem schmeckt.
- Sagen, wenn es einem nicht schmeckt.
- 1 Die Tischdecke auf den Tisch legen.
  - <sup>2</sup> Teller und Gläser auf den Tisch stellen.
  - 3 Das Essen warm halten.
  - 4 Messer und Gabel sauber machen.
  - Für jeden, der mitisst, eine Serviette neben den Teller legen.
- c Wann spricht man von "füttern"?

**b** Welche Aktivitäten gehören dazu, wenn man den Tisch deckt?

- 1 Wenn man einem Baby Essen gibt.
- 2 Wenn man selbst besonders vorsichtig isst.
- Wenn man einem Tier Essen gibt.
- Wenn man einem Menschen, der selbst keine Gabel halten kann, das Essen in den Mund legt.
- Wenn man für ein Fest kocht.

- 17 Ordnen Sie zu.
  - 1 ◆ Marius, ich möchte, dass du dich ...
  - 2 Mama, warum sagst du das? Hast du Angst, dass ich wieder mit dem ...
  - 3 ◆ Doch, das stört alle. Das Besteck und das ...
  - 4 Ich mag auch nicht, wenn ich bei jedem Schluck, den ich trinke, ...
  - 5 ◆ Das ist Latein und heißt es möge nützen. Übrigens wollte ich dich auch bitten, auf alle Fälle ...
  - Okay, das ist kein Problem, aber dann brauche ich dieses Mal nicht helfen, den ...

- a) Geschirr sind nicht zum Spielen da, sondern zum Essen. Dein Vater mag das auch nicht!!!
- b) "Prost!" sagen soll, nur weil Papa das will. Das ist ja so doof. Was heißt das überhaupt?
- c) heute bei Tisch benimmst.
- d) Tisch abzuräumen, sondern kann danach am Smartphone spielen. Einverstanden?
- e) Besteck spiele? Das stört doch keinen. Es sind doch nur Messer und Gabel.
- f) deine Portion aufzuessen. Sonst denkt Tante Efi, es hat dir nicht geschmeckt.

Wie nennt man das? Finden Sie die Wörter in der Wortschlange.

















Ergänzen Sie die passenden Wörter. Die Silben helfen Ihnen dabei.

Aus – es – Fein – Gast – geld – hof – Kan – cker – ne – schme – sen – ti – Trink – wahl

Melanie: Wir haben bald Mittagspause, kommst du mit in die (a) \_\_\_\_

Jakob: Nein, da schmeckt es mir nicht. Ich gehe lieber in den (b) \_\_\_

an der Hauptstraße, der ist auch nicht teuer.

, was? Und willst was Besseres als das Essen **Melanie**: Du bist wohl ein (c) hier in der Firma? Ich habe kein Geld, um einfach mal so (d) zu gehen.

**Jakob:** Der Mittagstisch ist im "Braunen Bär" auch nicht viel teurer als hier, in der Kantine. Und (e) \_\_\_\_\_ gebe ich dem Kellner nicht, der weiß, dass ich noch in der Ausbildung bin. Übrigens haben die auch eine große

(f) \_\_\_\_\_ an Salaten! Schau es dir doch mal an.

Melanie: Okay, heute komme ich mal mit. Aber das ist eine Ausnahme.

a Trink-	1 hunger	
Welt-	2 knappheit	
: Mangel-	3 wasserknappheit	
d Hungers-	4 ernährung	
Nahrungsmittel-	5 not	

b) Ergänzen Sie den Text mit Wörtern aus a).

## Ein kleines Dorf in Afrika



Eins der größten Probleme in diesem Dorf ist die (a) \_\_\_\_\_. Dabei ist das Wasser fast das Wichtigste für die Gesundheit. Denn wenn die Menschen nicht genug sauberes Wasser bekommen, werden sie krank.

Damit kann ein Teufelskreis beginnen: Kranke Menschen können nicht mehr arbeiten, die Landwirtschaft leidet darunter, bald gibt es nicht mehr genug zum Essen. Die

(b) \_\_\_\_\_ führt dann, besonders bei Kindern und Alten,

Sie bekommen nur noch einige, und also zu wenige, Lebensmittel. Wenn dann auch noch der Regen ausbleibt, kann es zu einer

(d) \_\_\_\_\_ kommen, die dazu führt, dass alle das Dorf verlassen und in einer anderen Gegend Hilfe suchen.

Deshalb ist es besonders wichtig, in Zukunft dafür zu sorgen, dass alle Menschen trinkbares Wasser haben. Nur so lässt sich der

(e) \_\_\_\_\_ bekämpfen.

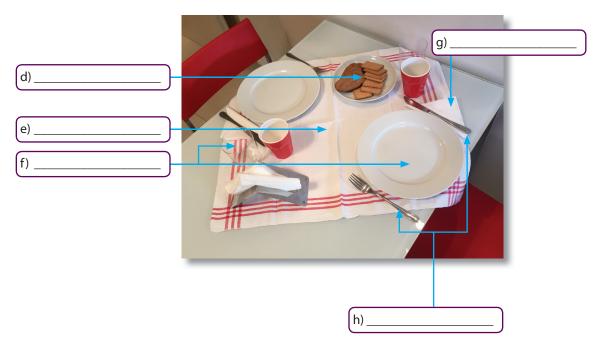
Die blau gedruckten Wörter sind durcheinandergeraten. Wo müssen sie stehen? Korrigieren Sie.

10. Oktober – Gestern habe ich einen kleinen, viel zu dünnen Igel auf der Straße
gefunden. Er ist offensichtlich (a) durstig, sonst hätte er sich schon
einen Platz für den Winterschlaf gesucht. Essen findet er nun auch nicht mehr draußen
ohne Hilfe müsste er (b) unterernährt und erfrieren. Igel sind sehr
nützlich, sie essen Insekten und viele Schädlinge. Deshalb habe ich beschlossen, ihn in
meinem Keller unterzubringen.
Der Kleine war dann in meinem Keller sehr (c) hungrig , er hat schon
nach 10 Minuten die Schale mit Wasser ausgetrunken. Meine Frage: Was kann ich dem
Igel geben, wenn er (d) verhungern ist? Stimmt es, dass Igel Hunde-
futter essen? Wann kann ich ihn im Frühling wieder freilassen? Im April?

### Gesamtübungen

- 1 Schreiben Sie das Gegenteil.
  - a abnehmen
  - b auftauen
  - c den Tisch decken
  - d mager
  - e gekocht
- Welches Wort passt? Ergänzen Sie mit Artikel.





### Bildquellen

Illustrationen Seite 68, 85, 87, 95, 96, 101, 105, Seite 67: (d) © Sofia Papageorgiou, (f) © angieconscious / pixelio.de 110, 118, 122, 124, 153, 197 (13): © Zacharias **Papadopoulos** Seite 68: © Petra Dirscherl / pixelio.de Umschlagfotos oben: © Sofia Papageorgiou; Seite 69: (a) © piu700 / pixelio.de, (b) © Thomas unten links: © pdesign / Shutterstock; unten Max Müller / pixelio.de, (c) © Jens Bredehorn / rechts: © Thinkstock / Ideal Image pixelio.de, (d) © Rainer Sturm / pixelio.de, Seite 6, 10 (d), 19, 21 (d), 22, 23 (b, d), 31 (a), 45, 56 (e) © Rika / pixelio.de, (f) © CIS / pixelio.de, (a, b, d), 67 (c), 86 (d), 93, 102 (b), 104 (e), 117, 122 (g) © Pamela Moore / iStock (d), 123, 126 (9c), 129 (a, c), 148, 151, 154 (a, b1, d, Seite 71: (15) © Uwe Wagschal /pixelio.de; (16a) e, f, g), 158 (c), 164, 166 (1), 185, 188, 191 (a, b), 1 © Jo Glotz-Kastanis, 2 © Rita Köhler / pixelio.de, 193, 195, 197 (b), 199, 213, 215, 217, 221, 223 (7): 3 © Sofia Papageorgiou; (16b) 1 © ro18ger / pixe-© Thinkstock / Ideal Image lio.de; (16c) 1 © Rainer Sturm / pixelio.de; (16d) Seite 9 (a): © AtomicSparkle / iStock 1 © Angela Parszyk / pixelio.de, 2 © Petra Bork / Seite 9 (b), 12 (b), 13, 90, 158 (a), 191 (c, d), 206 (4): pixelio.de © Fotolia Seite 73: (a, b, c, e) © Christina Aliverti, Seite 11: © Moni Sertel / pixelio.de (d) © Rainer Sturm / pixelio.de Seite 12 (a), 28, 33, 35 (oben), 107, 134, 135: Seite 74: © Christina Aliverti © AbsolutVision Photo Gallery Seite 75: © Christina Aliverti Seite 12 (c): © Sofia Papageorgiou Seite 77: (b) © Andreas Hermsdorf / pixelio.de Seite 17: © godfer / Crestock Seite 79: © Jo Glotz-Kastanis Seite 80: (b) © Wolfgang Dirscherl / pixelio.de, Seite 18, 21 (a, b), 23 (a, c), 24 (a, c, e), 27 (a), 30, 31 (c), 47, 53, 54 (2, 4, 5), 57, 63 (a, e, f), 126 (9b, 10a), (d) © Siegfried Fries / pixelio.de 133 (a, c, e), 145 (c), 158 (e), 183, 184 (9), 202, 206 Seite 82: © Joujou / pixelio.de (d), 209, 219, 220 (3): © INGRAM Seite 83: (6) 1 © Jo Glotz-Kastanis, Seite 21 (c), 36 (Bankkauffrau), 44, 63 (b), 78, 91, 2 © Christina Aliverti 106, 126 (9d), 130, 142 (f), 192: © Crestock Seite 84: © Thomas Max Müller / pixelio.de Seite 24 (d): © Ute Mulder / pixelio.de Seite 86: (a, b) © Jo Glotz-Kastanis, Seite 27 (b): © Brian Raisbeck / iStock (c) © Anna Bryukhanova / iStock Seite 31: (b) © Christina Aliverti, (d) © S. Hofschlae-Seite 88: (a) © Anika Lehnert / pixelio.de, ger / pixelio.de, (e) © gudmund / Crestock (b) © Siegfried Fries / pixelio.de, Seite 34: © Rita Köhler / pixelio.de (c) © Nasos Giannenas Seite 35: unten © Harald Schottner / pixelio.de Seite 92: (1) © Leah-Anne Thompson / Shutter-Seite 36: (Hintergrundfoto) © Sofia Papageorgiou stock, (2) © pdesign / Shutterstock Seite 40: © Peter Kuley Seite 94: (1) © Joujou / pixelio.de, (2) © Katharina Seite 52: © angieconscious / pixelio.de Wieland Müller / pixelio.de, (3) © Wolfgang Pfen-Seite 54: (1) © Helene Souza / pixelio.de, (3) sig / pixelio.de, (4) © Dieter Schütz / pixelio.de, © Rainer Sturm / pixelio.de (5) © Rosel Eckstein / pixelio.de, (6) © Georg Seite 56: (c) © Dietmar Meinert / pixelio.de Schierling / pixelio.de Seite 59: © Christina Aliverti Seite 95: © Nikolai Fokscha / pixelio.de Seite 61: (a) © Hartmut910 / pixelio.de, Seite 97: © Jo Glotz-Kastanis (b) © Jo Glotz-Kastanis Seite 98: (2) © Antje Schröter / pixelio.de, Seite 62: (c) © Andreas Hermsdorf / pixelio.de, (3) Rainer Sturm / pixelio.de, (5) © lichtkunst.73 / (d) © siepmannH / pixelio.de, (e) © Torsten pixelio.de Klemm / pixelio.de, (f) berggeist007 / Seite 99: © Sergei Butorin / Shutterstock pixelio.de; (1) © Sofia Papageorgiou, (2) © Peter Seite 100: (a) © Konstantinos Dafalias / pixelio.de, (b) © Joachim Berga / pixelio.de, (c) © Windrose / Smola / pixelio.de, (3) © Joerg Trampert / pixelio.de, (4) © Bernd Kasper / pixelio.de pixelio.de Seite 63: (c) © FaceMePLS / pigs.de, Seite 101: (d) © Viola / pixelio.de, (e) © TiM (d) © Jo Glotz-Kastanis Caspary / pixelio.de, (f) © Karl-Heinz Laube / Seite 65: © Jo Glotz-Kastanis pixelio.de Seite 66: (a) © Sofia Papageorgiou Seite 102: (a) © Guenter Hamich / pixelio.de,

(c) © olga meier-sander / pixelio.de, (d) © Margit Seite 143: © Simone Van Den Berg / Dreams-Völtz / pixelio.de, (e) © Petra Bork / pixelio.de time.com Seite 145: (a) © Jo Glotz-Kastanis, (e) © Paul-Georg Seite 103: (18) © Linda Dahrmann / pixelio.de; (19) Altpapier © Andreas Morlok / pixelio.de, Meister / pixelio.de Altglas © Gabi Eder / pixelio.de, Komposthau-Seite 147: © Christina Aliverti fen © Erika Hartmann / pixelio.de, (a) © BirgitH / Seite 150: © Deklofenak / Crestock pixelio.de, (b) © Jeger / pixelio.de, (c) © Wolfgang Seite 153: © Wolfgang Resmer / pixelio.de Seite 154: (9) b2 © iStock, c © Tim Reckmann / Dirscherl / pixelio.de, (d) © Thorsten Freyer / pixelio.de, (e) © Dieter Schütz / pixelio.de, (f) © Gisela pixelio.de Peter / pixelio.de Seite 157: © Martin Quast / pixelio.de Seite 104: (20) 1 © Maik Schwertle / pixelio.de, Seite 158: (f) © Lupo / pixelio.de 2 © Grey59 / pixelio.de, 3 © Uschi Dreiucker / Seite 159: © Tim Reckmann / pixelio.de pixelio.de, 4 © Semalex / pixelio.de, 5 © Erika Hart-Seite 161: (a) © S. Hofschlaeger / pixelio.de, mann / pixelio.de; (21) (b) © Astrid Götze-Happe / (b) © Paulwip / pixelio.de, (c) © Tim Reckmann / pixelio.de, (c) © Fabio Sommaruga / pixelio.de, pixelio.de, (d) © Mike Böttner / pixelio.de, (d) © Thorben Wengert / pixelio.de (f) © drx / Fotolia Seite 162: (1) © S. Hofschlaeger / pixelio.de, Seite 109: © Th. Reinhardt / pixelio.de Seite 111: links © Svenja Laaser, rechts © Gualtiero (2) © Bernd Kasper / pixelio.de, (3) © Uta Herbert / Boffi / Dreamstime.com Seite 112: © Riedel. Media Ltd. Seite 163: (a) © Dieter Schütz / pixelio.de, Seite 113: (1) © michael hirschka / pixelio.de, (b) © BirgitH / pixelio.de, (c) © dreimirk30 / (3) © Jo Glotz-Kastanis pixelio.de, (e) © Tim Reckmann / pixelio.de, Seite 114: © Riedel.Media Ltd. (f) © H. D. Volz / pixelio.de Seite 115: (13) oben links © klaas hartz / pixelio.de, Seite 166: © Jo Glotz-Kastanis unten links © Rudolpho Duba / pixelio.de, rechts Seite 167: © Shutterstock © Andrea Damm / pixelio.de; (14) © Rudis-Fotosei-Seite 170: © Christina Aliverti te.de / pixelio.de Seite 171: (11) © Elsbeth Grebe Seite 116: (15) 1 © Marco Barnebeck / pixelio.de, Seite 172: (12) b © Nikolas Karabatos; 2 © Karl-Heinz Laube / pixelio.de, 4 © Martin (13) c © Elsbeth Grebe Jäger / pixelio.de, 5 © Tim Reckmann / pixelio.de, Seite 178: © Lothar Wandtner / pixelio.de 6 © GTÜ / pixelio.de; (16) © Solonas Karydakis Seite 180: © Christina Aliverti Seite 184: (10) c © Ute Mulder / pixelio.de Seite 120: © Rainer Sturm / pixelio.de Seite 122: (a) © Karl-Heinz Laube / pixelio.de, Seite 189: © Kevkhiev Yury / Dreamstime.com Seite 197: (14) a © LexIcon, e © Makis Tsigantes (b) © Tim Reckmann / pixelio.de, (e) © M. Fröhlich / pixelio.de Seite 209: (11) © benM-design / pixelio.de Seite 125: © Rainer Sturm / pixelio.de Seite 211: (15) © Michael König / pixelio.de Seite 126: (9) a © Christina Aliverti; (10) b, d Seite 223: (8) © S. Hofschlaeger / pixelio.de © Riedel.Media Ltd., c © Jo Glotz-Kastanis Seite 224: © Solonas Karydakis Seite 129: (b) © Robert Babiak / pixelio.de, Seite 225: (11) © Olaf Schneider / pixelio.de; (f) © Rainer Sturm / pixelio.de (12) © Jo Glotz-Kastanis Seite 133: (d) © Christina Aliverti, Seite 226: (13) © LexIcon; (14) © Sandra Cunning-(f) © mobilepiercing.de ham / Shutterstock Seite 134: Äpfel © Shutterstock Seite 227: (a) © og. / pixelio.de, (b) © Hartmut910 / Seite 136: (a) © PEZU / pixelio.de; (c) 1 © Claudia pixelio.de, (c) © Georg Sander / pixelio.de, Hautumm / pixelio.de, 2 © gänseblümchen / (d) © Michael Heimann / pixelio.de, pixelio.de; (d, f) LexIcon; (e) © Peter Pleischl / (e) © BorstiStumpf / pixelio.de pixelio.de; (g) © Dominik Pöpping / pixelio.de Seite 228: © Alexandra H. / pixelio.de Seite 138: (6) © w.r.wagner / pixelio.de, Eier © Timo Seite 229: © Shutterstock Klostermeier / pixelio.de Seite 139: © birgitH / pixelio.de Wir haben uns bemüht, alle Inhaber von Bildrechten Seite 141: © gänseblümchen / pixelio.de

Wir haben uns bemunt, alle Inhaber von Bildrechten ausfindig zu machen. Sollten Rechte-Inhaber hier nicht aufgeführt sein, so ist der Verlag für entsprechende Hinweise dankbar.

Seite 142: (a, d) © Maria Papadopoulou,

(b, c, e) © Jo Glotz-Kastanis