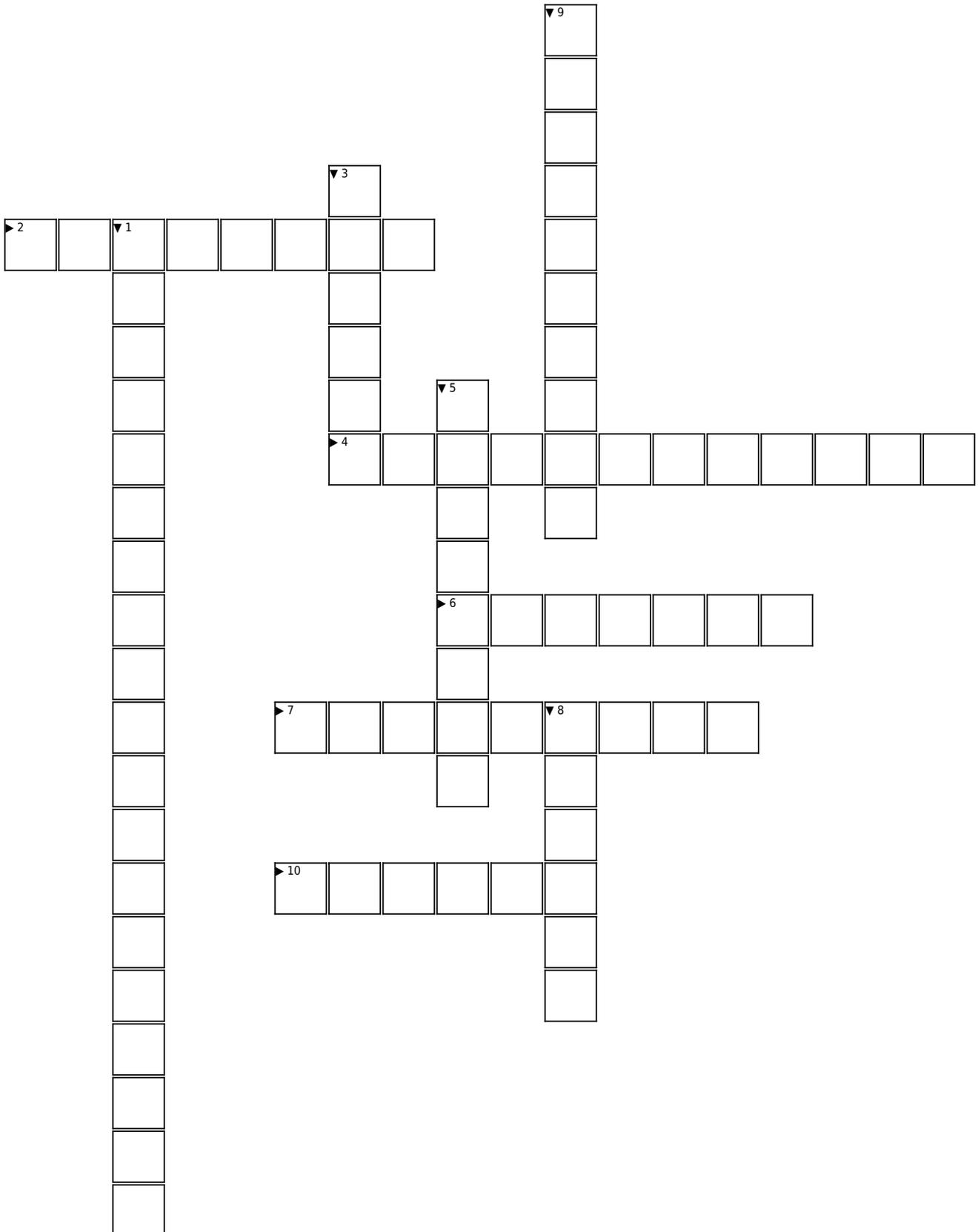


# Nährstoffe von Mandeln

Löse das Kreuzworträtsel mithilfe des Informationstextes zu Mandeln und nenne zum Schluss das Lösungswort.



## Lösungshinweise:

### Horizontal ▶

- (2) Wie viel Gramm an Mandeln sind gesund und empfehlenswert? (Schreibe die Zahl aus)
- (4) Botenstoffe transportieren Informationen zwischen ...
- (6) Fett liefert dem Körper viel ....
- (7) Die Stabilisierung der Zähne und Knochen wird unterstützt von ....
- (10) Wo befinden sich die meisten Ballaststoffe ?

### Vertikal ▼

- (1) Was unterstützt der Gehalt an Vitamin B2?
- (3) Wie wird Vitamin B3 auch genannt?
- (5) Welcher Nährstoff reduziert Spannungen in Muskeln?
- (8) Vitamin E schützt vor ....(zweites Wort)
- (9) Vitamin E schützt vor ... (erstes Wort)

