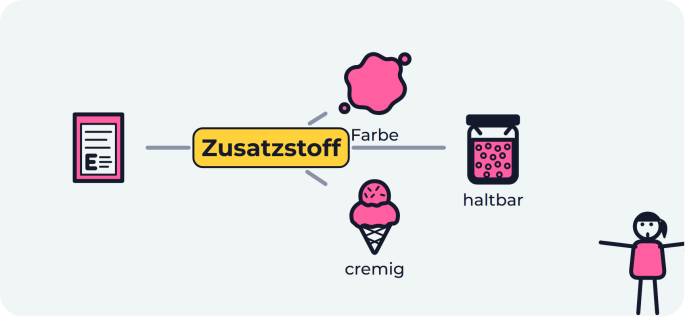
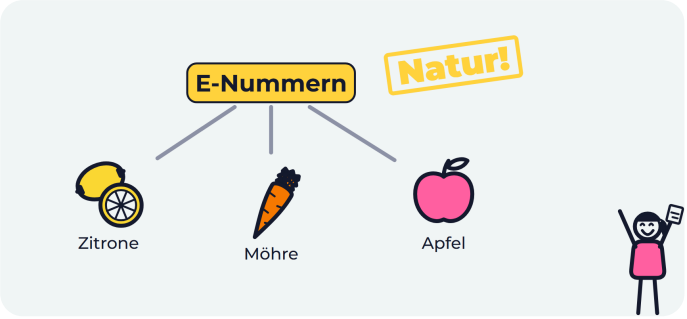
Was bedeuten E-Nummern?

Wofür Zusatzstoffe da sind



E-Nummern aus der Natur



Wusstest du?

über 300

Zusatzstoffe mit E-Nummer sind in der EU ungefähr erlaubt.

E 300

ist Vitamin C – wie in der Zitrone.

E 948

ist Sauerstoff. Er kommt zum Beispiel in manche Verpackungen.

So liest du die Nummer

1. **Dreh die Packung um und such die Zutatenliste.**
2. **Such ein E mit einer Zahl dahinter.**
3. **Schau auf die erste Ziffer: 1 meist Farbe, 2 meist haltbar.**
4. **Schlag nach, welcher Stoff genau dahintersteckt.**

E heißt: in Europa geprüft und erlaubt.

Kurz gesagt

- E steht für Europa.
- E-Nummern sind geprüfte Zusatzstoffe.
- Für jeden gibt es eine Höchstmenge.
- Viele stammen aus der Natur.

Was bedeuten E-Nummern?

Name: _____

1 Probier es aus: Welche E-Nummern findest du in der Küche?

SICHER IST SICHER Ganz ungefährlich: Du liest nur, was auf der Packung steht. Lass die Packungen zu und frag, bevor du etwas aus dem Schrank holst.

DU BRAUCHST

- 3 Packungen aus dem Vorratsschrank
- dieses Blatt
- Stift

SO GEHT'S

1. **Hol dir drei Packungen, zum Beispiel Kekse, Saft und Pudding.**
2. **Such auf jeder die Zutatenliste.**
3. **Schreib alle E-Nummern auf, die du findest.**
4. **Schlag mit einem Erwachsenen nach, was hinter einer Nummer steckt.**

Welche E-Nummern hast du gefunden – und was steckt hinter einer davon?

2 Schätz mal! Kreuz an, was du glaubst.

Was steckt hinter E 948?

- ☐ Zucker
- ☐ Farbe
- ☐ Sauerstoff

Wofür steht das E?

- ☐ für Europa
- ☐ für Essen
- ☐ für Energie

Was ist E 290?

- ☐ Salz
- ☐ Kohlendioxid
- ☐ Vitamin C

Was bedeuten E-Nummern?

3 **Mythos oder wahr? Kreuz an.**

	STIMMT	STIMMT NICHT
Alle E-Nummern sind künstliche Chemie.	☐	☐
E 300 ist Vitamin C.	☐	☐
Für Zusatzstoffe gibt es Höchstmengen.	☐	☐
Wer eine E-Nummer erfindet, darf sie sofort ins Essen tun.	☐	☐
Statt der E-Nummer darf auch der Name des Stoffs dastehen.	☐	☐

Was bedeuten E-Nummern?

ZUM NACHSCHAUEN

Beim Packungs-Versuch zählen deine eigenen Funde. Bei den Schätzfragen steht dabei, warum.

1 Probier es aus: Welche E-Nummern findest du in der Küche?

Welche E-Nummern hast du gefunden – und was steckt hinter einer davon?

Es gibt viele richtige Antworten. Oft findest du E 300 (Vitamin C), E 330 (Zitronensäure) oder E 440 (Pektin aus Äpfeln). Manchmal steht statt der Nummer auch der Name des Stoffs da – das ist genauso erlaubt.

2 Schätz mal! Kreuz an, was du glaubst.

Was steckt hinter E 948?

- [ ] Zucker
- [ ] Farbe
- [x] Sauerstoff

Sauerstoff – das Gas, das wir atmen. Er kommt in manche Verpackungen.

Wofür steht das E?

- [x] für Europa
- [ ] für Essen
- [ ] für Energie

Für Europa: Die Stoffe sind in der EU geprüft und erlaubt.

Was ist E 290?

- [ ] Salz
- [x] Kohlendioxid
- [ ] Vitamin C

Kohlendioxid – das Gas, das im Mineralwasser sprudelt.

Was bedeuten E-Nummern?

3 Mythos oder wahr? Kreuz an.

	STIMMT	STIMMT NICHT
Alle E-Nummern sind künstliche Chemie.	☐	☒
E 300 ist Vitamin C.	☒	☐
Für Zusatzstoffe gibt es Höchstmengen.	☒	☐
Wer eine E-Nummer erfindet, darf sie sofort ins Essen tun.	☐	☒
Statt der E-Nummer darf auch der Name des Stoffs dastehen.	☒	☐