

Fragenblatt für 1. Test MBL2 / 5 AHLEL  
(multiple choice, Nr. 519)

1. Zu den Pfeffergewächsen gehören
  - a) Cayennepfeffer
  - b) Peperoni
  - c) Pfeffer
  - d) Rosa Pfeffer
2. Weißer Senf
  - a) gehört zu den Kreuzblütlern
  - b) besitzt das Enzym Myrosinase
  - c) enthält Sinalbin
  - d) entsteht durch Ablösen der schwarzen Schale
3. Cayennepfeffer
  - a) gehört zu den Nachtschattengewächsen
  - b) besitzt das Alkaloid Piperin
  - c) enthält Capsaicin
  - d) ist mit Paprika eng verwandt
4. Zu den Nachtschattengewächsen gehören
  - a) Muskat
  - b) Paprika
  - c) Cardamon
  - d) Chillies
5. Senfölglykoside sind
  - a) Sinalcin
  - b) Sinigrin
  - c) Sinalbin
  - d) Sinapin
6. Ceylonzimt
  - a) heißt auch Kaneelzimt
  - b) wird aus der primären Rinde gewonnen
  - c) heißt auch Paddangzimt
  - d) wird aus der sekundären Rinde gewonnen
7. China Zimt
  - a) besitzt zum Unterschied von Ceylon Zimt kein Eugenol
  - b) wird für Backwaren und Liköre verwendet
  - c) heißt auch Cassia-Zimt
  - d) besitzt eine geringere Konzentration an Cumarin als Ceylonzimt
8. Safran
  - a) besitzt den Farbstoff Safrinol
  - b) ist ein Produkt der Narbenschkel von *Crocus sativus*
  - c) hat einen jodoformähnlichen Geruch
  - d) wird zum Färben von Backwaren und Fischspeisen verwendet
9. Der physiologische Brennwert eines Lebensmittels
  - a) ist höher als der physikalische (kalorische) Brennwert
  - b) ist die Differenz zwischen Brennwert der Vitamine und der Ballaststoffe
  - c) ist kleiner oder gleich dem physikalischen (kalorischen) Brennwert
  - d) wird aus der Differenz von Gesamtenergiegehalt und Energiegehalt der Ballaststoffe ermittelt
10. Zum Schnellnachweis von Crocin kann man folgende Reagenzien verwenden
  - a) Salzsäure und Alkohol
  - b) Salpetersäure und Lugol'sche Lösung
  - c) Schwefelsäure und Ethanol
  - d) Essigsäure und Stärkelösung

11. Trotzigkeit ist nach BERNE eine Reaktion des
- Id (Es)
  - Super-Ego (Über-Ich)
  - Eltern-Ich
  - Vernunft-Ich
12. In der Transaktionsanalyse nach BERNE werden folgende Begriffe verwendet
- Kind-Ich
  - Super-Ego (Über-Ich)
  - Eltern-Ich
  - Vernunft-Ich
13. Der Bauchumfang von erwachsenen Männern sollte nach Bernhard Ludwig im folgenden Bereich liegen
- unter 60 cm
  - zwischen 61 und 80 cm
  - zwischen 81 und 100 cm
  - über 100 cm
14. Das Verhältnis von Bauchumfang zu Hüftumfang bei Frauen sollte nach Bernhard Ludwig etwa
- 0,6 sein.
  - 0,8 sein.
  - 1,0 sein.
  - 1,2 sein.
15. Die „Österreicher-Diät“ nach Bernhard Ludwig beinhaltet bezogen auf den Energiegehalt:
- 50% Fett
  - 50% Kohlenhydrate
  - 20% Eiweiß
  - 30% Fett
16. Die Nährstoffzusammensetzung nach Bernhard Ludwig empfiehlt bezogen auf den Energiegehalt:
- 30% Fett
  - 50% Kohlenhydrate
  - 30% Eiweiß
  - 20% Fett
17. Eine Tiefkühlpizza (-18°C, 400 g) beinhaltet pro 100 g: 10 g Eiweiß; 30 g Kohlenhydrate davon 3 g Ballaststoffe und 3 g Zucker, 8 g Fett. Bei der Zubereitung verliert sie 10% Masse durch Verdunstung. 1 g Fett wird mit 37 kJ Energiegehalt berechnet. Die tiefgekühlte Pizza beinhaltet:
- 30% (+/-2%) Energie aus Proteinen
  - 50% (+/-2%) Energie aus Kohlenhydraten
  - 20% (+/-2%) Energie aus Kohlenhydraten
  - 5% (+/-2%) Energie aus Ballaststoffen
18. Die obengenannte Pizza (Frage 18) entspricht unter Berücksichtigung von 2% Toleranz
- der A-Diät nach Bernhard Ludwig
  - der A/2-Diät nach Bernhard Ludwig
  - der empfohlenen Nährwertzusammensetzung nach Bernhard Ludwig
  - der Nährwertzusammensetzung von Kuhmilch
19. Lebensmittel mit einem Fettanteil von 60% bezogen auf den Gesamtenergiegehalt (aus Fetten + KH + Proteinen) besitzen einen
- Masseanteil von 60% (+/-2%) an Fetten
  - Masseanteil von 50% (+/-2%) an Fetten
  - Masseanteil von 40% (+/-2%) an Fetten
  - Masseanteil von 30% (+/-2%) an Fetten
20. Lebensmittel mit einem Kohlenhydrat- und Proteinanteil von 70% bezogen auf den Gesamtenergiegehalt (aus Fetten + KH + Proteinen) besitzen einen
- Masseanteil von 65% (+/-2%) an KH + Proteinen
  - Masseanteil von 75% (+/-2%) an KH + Proteinen
  - Masseanteil von 85% (+/-2%) an KH + Proteinen
  - Masseanteil von 95% (+/-2%) an KH + Proteinen