# Vragen vlees en ei

## Vragen:

**Vul in**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Calorieën** | **Water** | **Eiwitten** | **Vet** | **Verzadigd vet** | **vezels** |
| **Kogelbiefstuk** |  |  |  |  |  |  |
| **Rundergehakt** |  |  |  |  |  |  |
| **Runder poulet** |  |  |  |  |  |  |
| **Varkenshaasje** |  |  |  |  |  |  |
| **Varkensgehakt** |  |  |  |  |  |  |
| **Shoarmavlees** |  |  |  |  |  |  |
| **Kipfilet** |  |  |  |  |  |  |
| **Kippengehakt** |  |  |  |  |  |  |
| **kippenbout** |  |  |  |  |  |  |

1. Wat is de gemiddelde samenstelling van vlees?
2. Benoem de verschillende eiwitten die voorkomen in vlees
3. Welke vitaminen en mineralen zitten er in vlees?
4. Benoem de vijf belangrijke conserveermethoden
5. Leg deze methoden uit

**Vragen ei**

1. Waarom mag je een ei niet wassen?
2. Eieren zijn afkomstig van bepaalde kippenrassen, benoem deze
3. Verklaar het verouderingsproces van het ei?