# Vragen over Vis

1. Vis bestaat voor …% uit ‘pure eiwitten.’ Hoeveel procent pure eiwitten bevat vis en wat wordt hiermee bedoeld?
2. Vis bevat zeer hoogwaardige eiwitten, wat wordt hiermee bedoeld?
3. Vis is eerder gaar dan vlees, hoe kun je dat verklaren?
4. Noteer de vetpercentages van magere en vette vis.
5. Welke vissen vallen onder de categorie vette vis?
6. Wat is het verschil tussen omega 3 en 6?
7. Japanners en eskimo’s (die veel vis eten) lijden minder aan verstopte aderen, dan Europeanen en Amerikanen. Verklaar waarom dit is.
8. Welke vitaminen, mineralen en spoorelementen zitten er in vis?