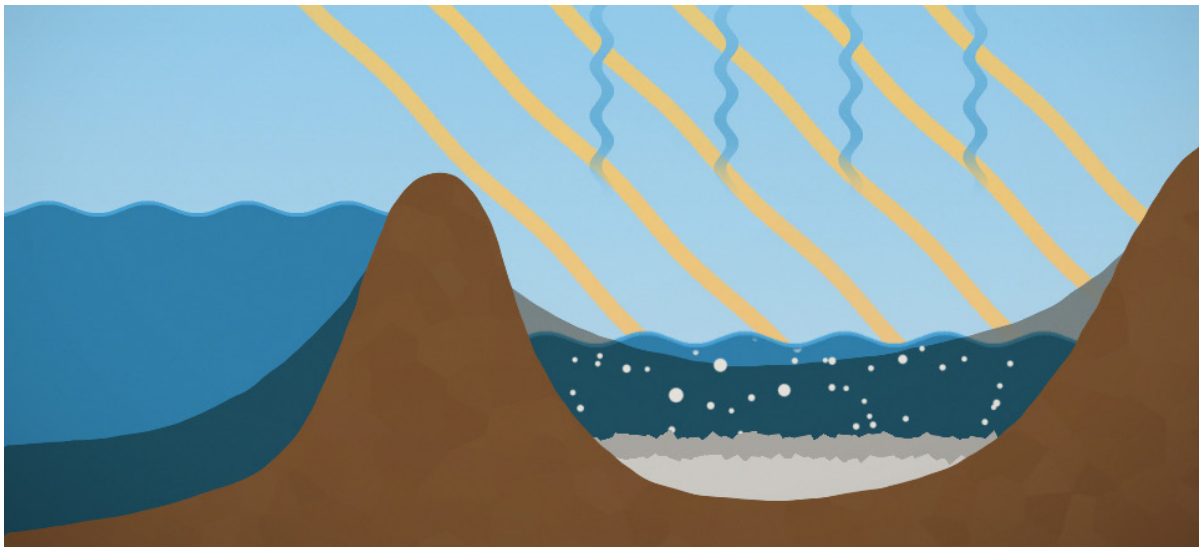
DAS SALZ

Der Weg des Salzes

Alles Salz kommt ursprünglich aus dem Meer.
Schaue das Video Episode 1 zur Geschichte der Salzproduktion an. Du findest das Video auf der Website von ***Land schafft Leben*** unter folgendem Link: **https://bit.ly/3dSCp1i**

1 INFOGRAFIK - ERKLÄRE

Erkläre mithvilfe der Abbildung in eigenen Worten, wie das Salz aus dem Meer in die Berge kommt.



Alles Salz kommt aus dem Meer! Vor mehr als 250 Millionen Jahren hat sich Salz durch die Bildung von Barren, also Erhebungen des Meeresbodens, an Land abgelagert.

Im Laufe der Erdgeschichte haben sich am Meer Becken gebildet (= Salzlagunen). Mit Hilfe von Sonnenenergie verdampfte das Meerwasser. Die Ablagerungen haben sich am Meeresboden abgesetzt. Durch die Auffaltung der Alpen haben sich Kalkschichten gemeinsam mit dem Salz aufgetürmt. Daher finden wird bis heute in den Kalkalpen Salzschichten, die im Bergwerk abgebaut werden.

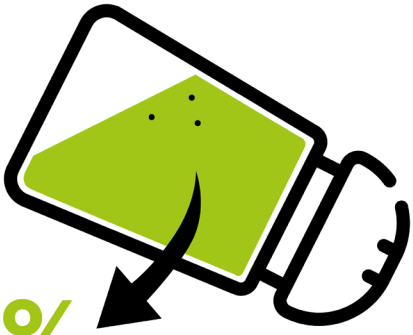
Seit mehr als 7000 Jahren bauen Menschen im Salzkammergut Salz ab!

Möchtest du selbst Salzkristalle wachsen lassen? Dann schau dir unser Experiment dazu an!

3 INFOGRAFIK - TRAGE EIN

Trage die Inhaltsstoffe des Salzes in die Infografik ein.

DIE INNEREN WERTE DES SPEISESALZES*



MIN. 97%
NATRIUMCHLORID

MAX. 3%
NATÜRLICHE BEGLEIT-SALZE UND WASSER

- KALZIUMSULFAT — MAX. 2,5% I. TM.
- SULFAT — MAX. 1,5% I. TM.
- KALZIUM — NATÜRLICHER GEHALT MAX. 0,01% I. TM.
- KALIUM — MAX. 0,4% I. TM.
- JOD — NATÜRLICHER GEHALT MAX. 1MG/KG
- WASSER — MAX. 0,2%
- MAGNESIUM — MAX. 0,002% I. TM.
- WASSER- UND SÄUREUNLÖSLICHES — MAX. 0,1%

Infografik © Land schafft Leben 2021
Quelle: Österreichisches Lebensmittelbuch, IV. Auflage, Kapitel / B 21 / Speisesalz;
*ausgenommen Spezialsalze zu Ernährungszwecken; ohne Zusätze; I. TM. = in der Trockenmasse

4 INFOGRAFIK - TRAGE EIN

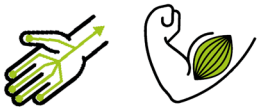
Natrium und Chlorid sind wichtig für verschiedene Abläufe im menschlichen Körper. Trage die Funktionen des Salzes in die Abbildung ein.

FUNKTIONEN VON SALZ IM KÖRPER

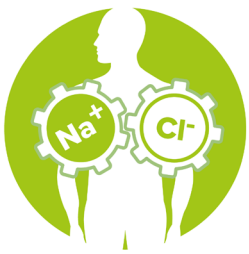
NATRIUM UND CHLORID

REGULATION DES FLÜSSIGKEITS-HAUSHALTS, ELEKTROLYTHAUSHALTS >> REGULATION BLUTDRUCK

BETEILIGUNG AN DER REGULATION DES SÄURE-BASEN-HAUSHALTS



NERVEN- UND MUSKELZELLFUNKTIONEN (NERVENREIZ-WEITERLEITUNG, MUSKELERREGUNG)



NATRIUM

ABSORPTION BESTIMMTER NÄHRSTOFFE (Z. B. GLUKOSE, AMINOSÄUREN, EINIGE VITAMINE) VON NATRIUM ABHÄNGIG

AKTIVIERUNG VON ENZYMEN (Z. B. ALPHA-AMYLASE)

BESTANDTEIL DER KNOCHEN

ABSORPTION VON WASSER

CHLORID

ESSENZIELL FÜR BILDUNG VON SALZSÄURE (BESTANDTEIL DES MAGENSAFTS)

BESTANDTEIL VON EIWEISS-SPALTENDEN ENZYMEN (ANGIOTENSIN II, KATHEPSIN)

Infografik © Land schafft Leben 2021
Quellen: Hahn, Ströhle, Wolters (2016): Ernährung: Physiologische Grundlagen, Prävention, Therapie; Elmadfa, Leitzmann (2019): Ernährung des Menschen; Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.; Österreichische Gesellschaft für Ernährung, Schweizerische Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Natrium, Chlorid. In: Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr, Bonn, 2. Auflage, 2. Aktualisierte Ausgabe 2016

2 RICHTIG ODER FALSCH

	RICHTIG	FALSCH
Salz war der Kühlschrank der Urzeit.	●	○
Salz besteht aus Natriumchlorid.	●	○
Salz wird in Österreich seit ca. 7.000 Jahren abgebaut.	●	○
Salz hatte keine große Bedeutung für Österreich.	○	●
Salz brachte Reichtum in die Regionen.	●	○
Salz wird heute in Österreich nicht mehr abgebaut.	○	●
Salz besteht aus Natriumjodid.	○	●

3 ORDNE RICHTIG ZU

1. Wieso ist Salz weiß?
2. Was hilft gegen versalzenes Essen?
3. Wie lagert man Salz richtig?
4. Weshalb wird Brotteig gesalzen?
5. Wie lange reicht das Salz aus dem Meer?
6. Warum gibt man eine Prise Salz in den Kuchen?
7. Weshalb wird Salz als Haltbarkeitsmittel eingesetzt?
8. Weshalb findet man häufig Reis in einem Salzstreuer?

5 ca. 47 Milliarden Jahre

7 Salz entzieht Lebensmitteln Wasser, daher können sich schädliche Mikroorganismen nicht ausbreiten.

6 Salz verstärkt den süßen Geschmack des Zuckers

4 für den Geschmack und für eine bessere Verarbeitung des Teiges

2 Zugabe von Zucker kann den salzigen Geschmack lindern

8 Reis nimmt Feuchtigkeit auf, das Salz bleibt somit trocken

3 trocken, in einem verschlossenen Gefäß. Salz zieht nämlich Wasser an und verklumpt leicht

1 Licht fällt auf die Kristalle und reflektiert weiß