



Lebensmittelfotos

Die Fotos zeigen werbeneutrale Abbildungen von Lebensmitteln. Jedes Foto bildet eine ungefähre Portion ab.

Sie können die Abbildungen beispielsweise für folgende Themen einsetzen: Einordnung der Lebensmittel in die Lebensmittelgruppen, Portionsgrößen,

Lebensmittelqualität oder Abgleich des eigenen Essverhaltens mit den Vorgaben der Ernährungspyramide.

So sind die Fotos sowohl in der Ernährungsberatung als auch in Kita und Schule vielseitig einsetzbar.

Impressum

0184/2023

Herausgeberin:

Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE)
Präsidentin: Dr. Margareta Büning-Fesel
Deichmanns Aue 29, 53179 Bonn
Telefon: 0228 / 68 45 - 0
www.ble.de, www.bzfe.de

Redaktion:

Susanne Illini, BLE

Fotos:

Collage S. 1: Arnout van Son, Alfter
Lebensmittel: Klaus Arras, Köln
Übrige: siehe Bildrand

Grafik:

Arnout van Son, 53347 Alfter

Nachdruck oder Vervielfältigung – auch auszugsweise – sowie Weitergabe mit Zusätzen, Aufdrucken oder Aufklebern nur mit Zustimmung der BLE gestattet.

© BLE 2023

2. Auflage 2023

© BLE 2023























STOP































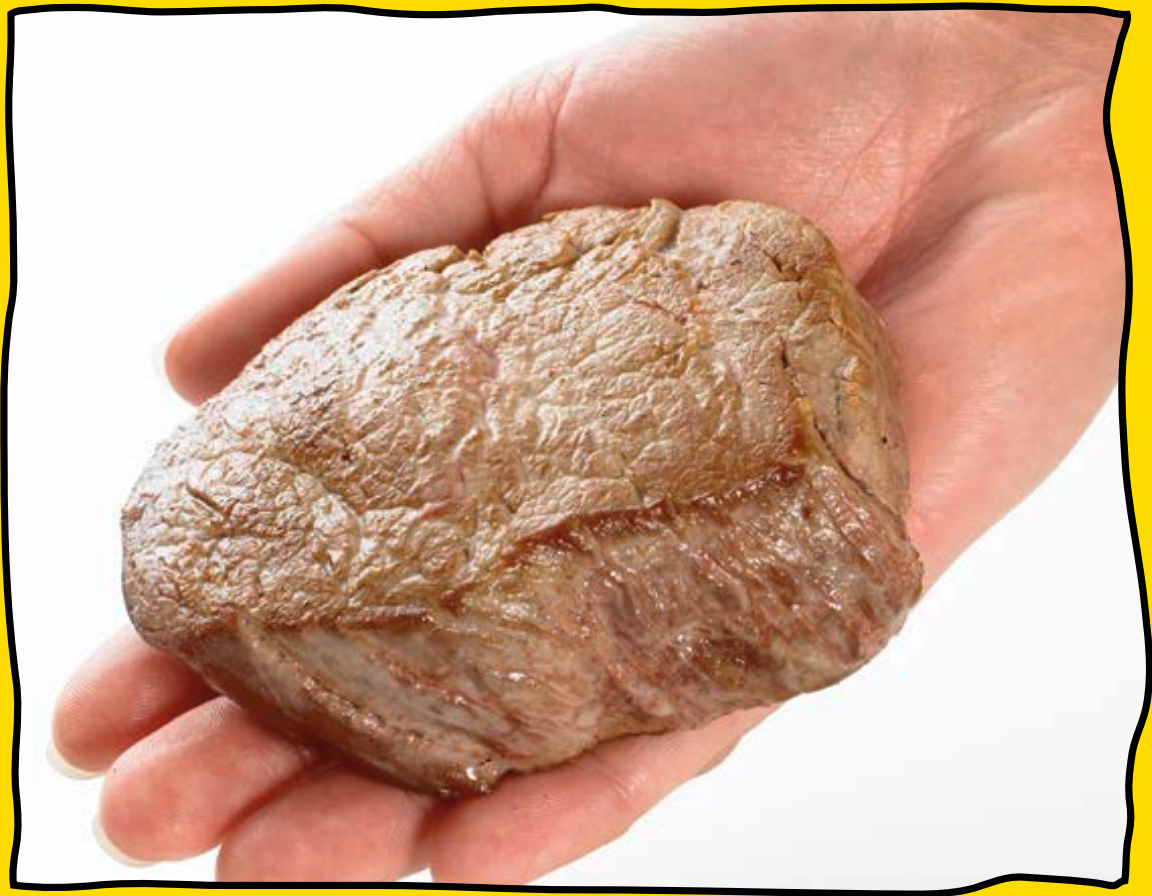












































FRÜCHTETEE Alle koffeinfreien Tees, auch Kräutertees



FRÜCHTETEE Alle koffeinfreien Tees, auch Kräutertees



FRÜCHTETEE

Alle koffeinfreien Tees, auch Kräutertees





ALKOHOLFREIES BIER





AUBERGINE

BLATTSALAT Auch Eisberg-, Eichblatt-, Lollo-Rosso-, Radicchio-, Endivien-, Kopfsalat







BROKKOLI Auch Blumenkohl, Romanesco





FELDSALAT Auch Rucolasalat





FENCHEL

SCHLANGENGURKE Auch Gewürzgurken







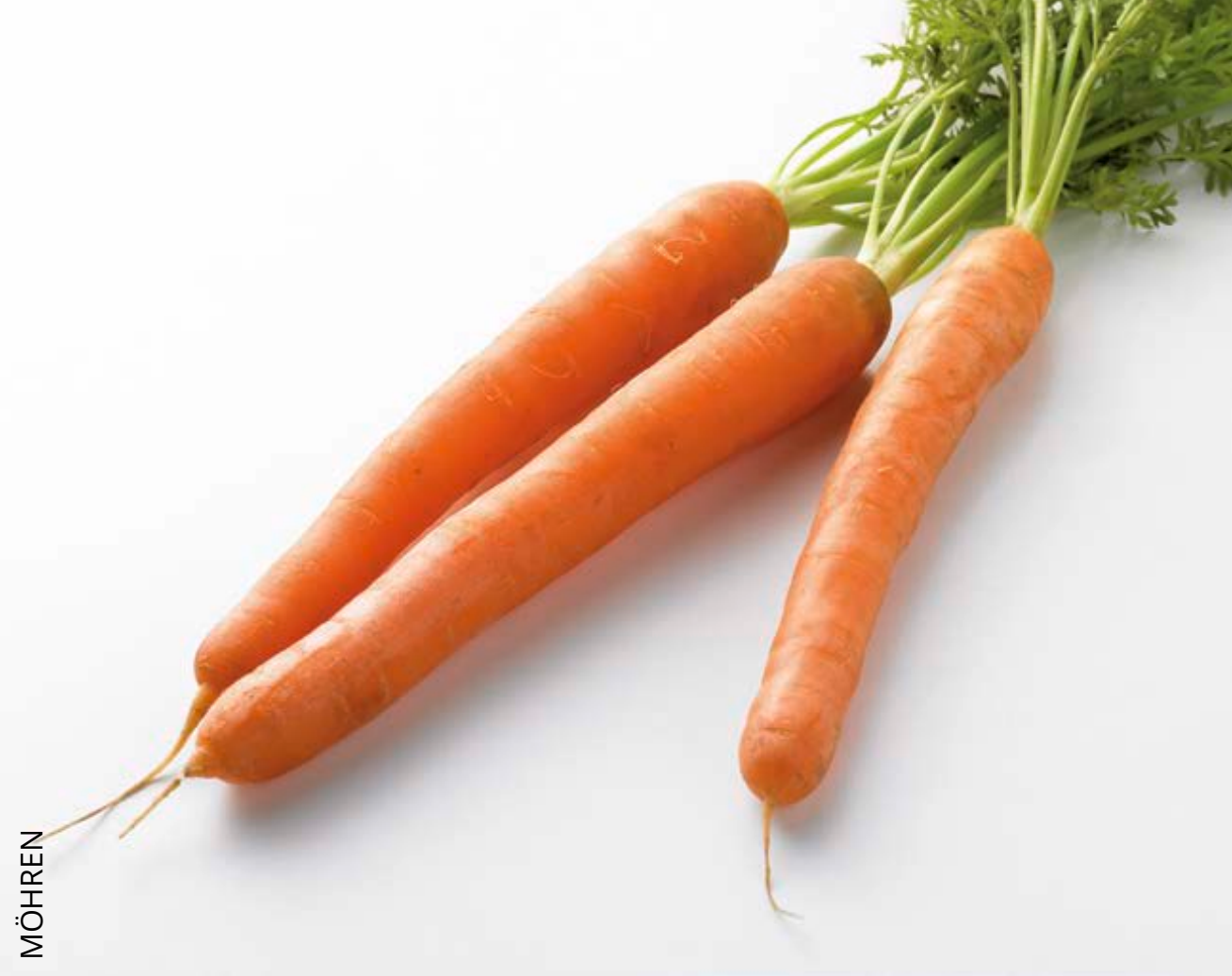
KIDNEYBOHNEN







ZUCKERMAIS



MÖHREN



PAPRIKA

PAPRIKASCHOTEN, SPITZ



PORREE / LAUCH







ROTKOHL Auch Weiß-, Spitz-, Grün-, Chinakohl, Wirsing, Sauerkraut











ZUCCHINI



KÜRBIS







WIRSING Alle Kohlarten

SPARGEL Auch Schwarzwurzeln





SOJABOHNEN



ANANAS Alle exotischen Früchte wie Mango, Kaki, Granatapfel









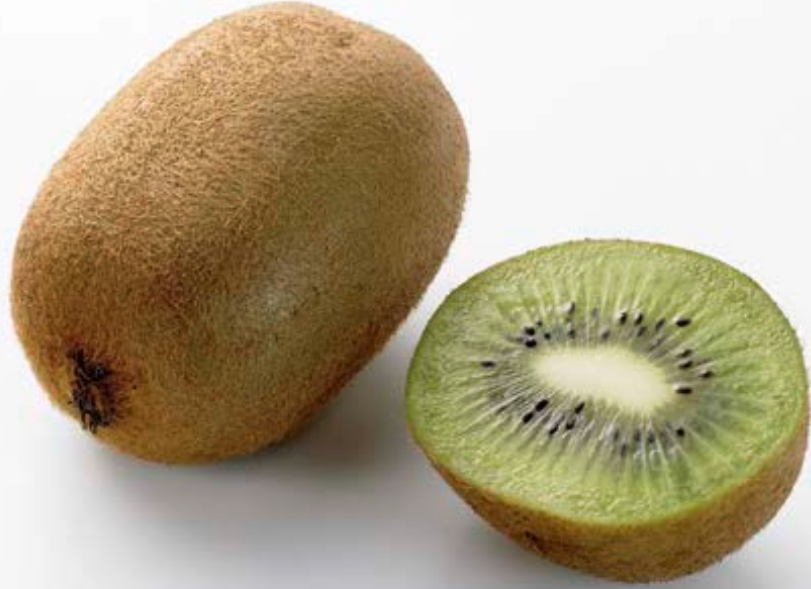




FEIGEN

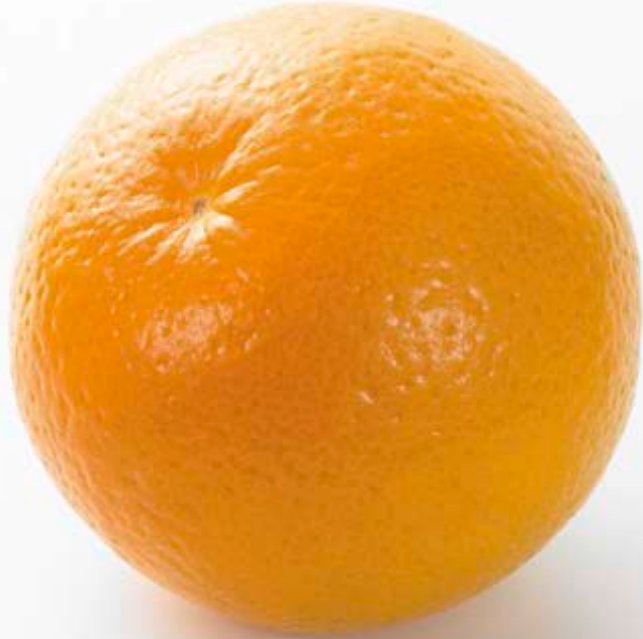






NETZMELONE Auch Wasser-, Honig-, Zucker- und Kantalupmelone













TRAUBEN









MANDELN, HASELNÜSSE Alle Nüsse, z. B. Walnüsse, Erdnüsse, Kokosnüsse, Pistazien



MANGO Alle exotischen Früchte wie Ananas, Kaki, Granatapfel

















































TOASTBROT



VOLLKORNTOSTBROT













BULGUR Auch Couscous







SPAGHETTI Alle Teigwaren aus Weißmehl





SPÄTZLE

PELLKARTOFFELN Auch Salz-, Folien- und Ofenkartoffeln







SEMMELKNÖDEL Auch fettarme Kartoffelknödel, -klöße







BUTTERMILCH Auch Kefir, Trinkjoghurt, Dickmilch



CAMEMBERT Alle Weichkäse, auch Schimmelkäse, Weichkäse mit Pfeffer, Kräutern, Nüssen



FRISCHKÄSE Alle fettreichen Frischkäse



FRUCHTJOGHURT Auch Fruchtbuttermilch, -dickmilch, -quark



FRUCHTQUARK Auch Fruchtjoghurt, -buttermilch, -dickmilch





HÜTTENKÄSE Alle fettarmen Frischkäse, auch Quark, Schichtkäse





KRÄUTERQUARK

Auch Quark, Zaziki, Joghurtsoße



WEICHKÄSE MIT ROTSCHMIERE Auch Romadur, Limburger





SCHNITTKÄSE

Alle Schnitt- und Hartkäse mit $\leq 30\%$ Fett i. Tr.

30% Fett i. Tr.
16% Fett, absolut



SCHNITTKÄSE

Alle Schnitt- und Hartkäse mit $\geq 45\%$ Fett i. Tr.

45% Fett i. Tr.
26% Fett, absolut



PARMESAN Alle Hartkäse, z. B. Cheddar, Emmentaler, Greyerzer, Manchego



KEFIR Auch Dickmilch, Buttermilch



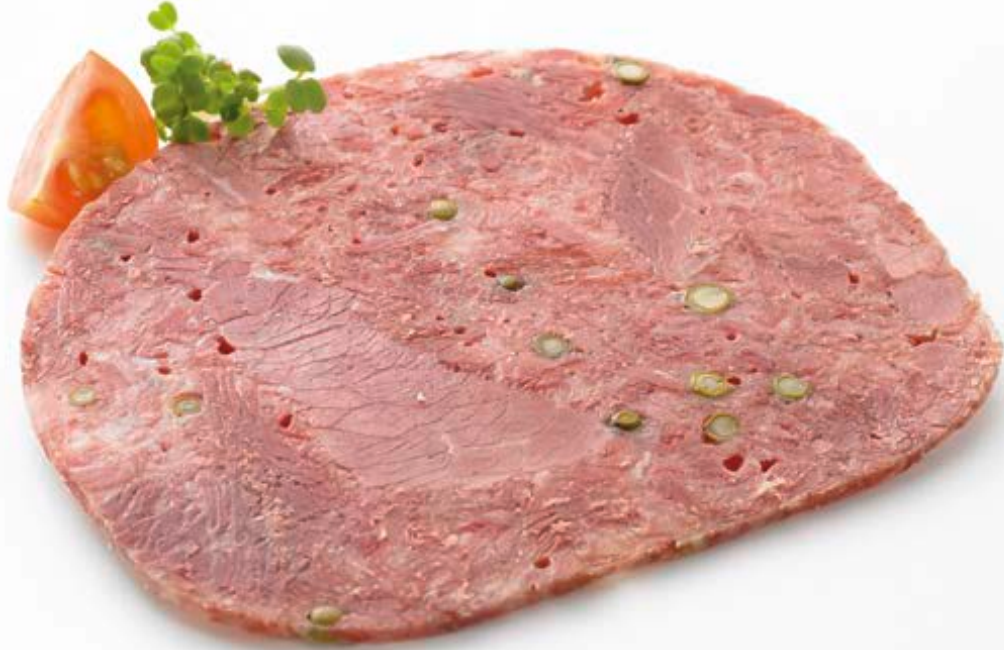
FRUCHTQUARK Auch Fruchtjoghurt, -buttermilch, -dickmilch







CORNED BEEF Auch Aspikaufschnitt









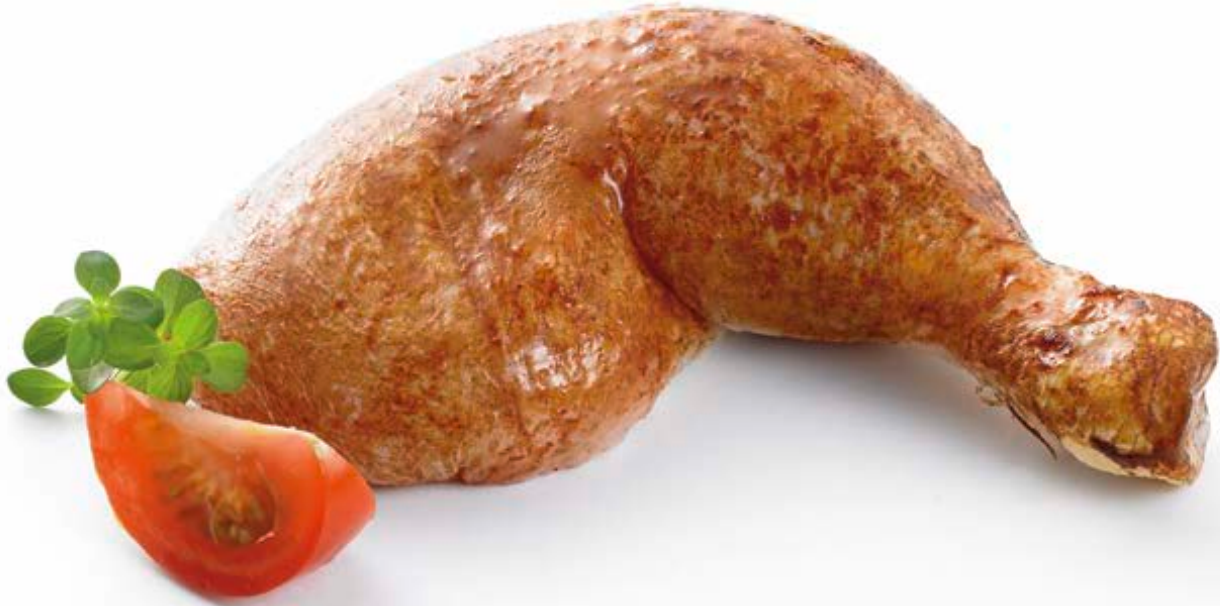
FORELLE Alle mageren Fische, ganz oder als Filet



FRIKADELLE Auch Hackbällchen, Dönerfleisch, Cevapcici, Hamburger, Hackfleischsoße, Mett



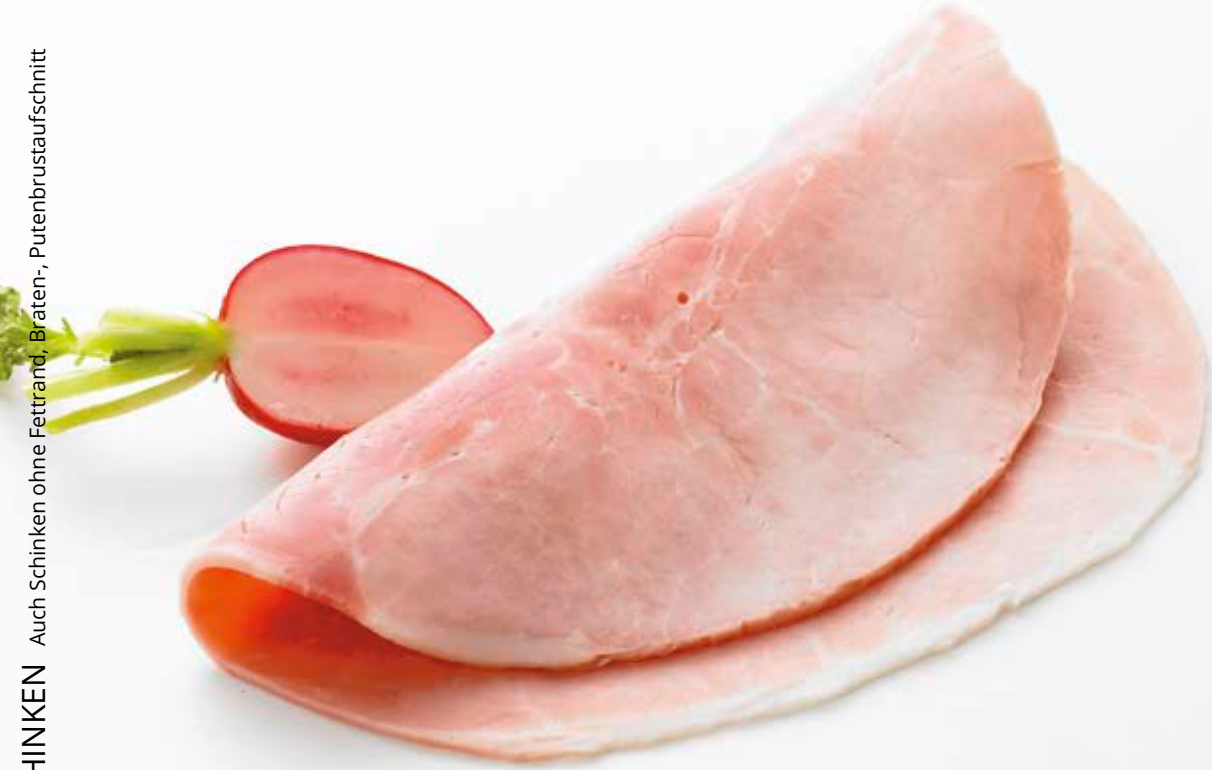
HÜHNERSCHENKEL Geflügelfleisch mit Haut







KOCHSCHINKEN Auch Schinken ohne Fettrand, Braten-, Putenbrustaufschnitt



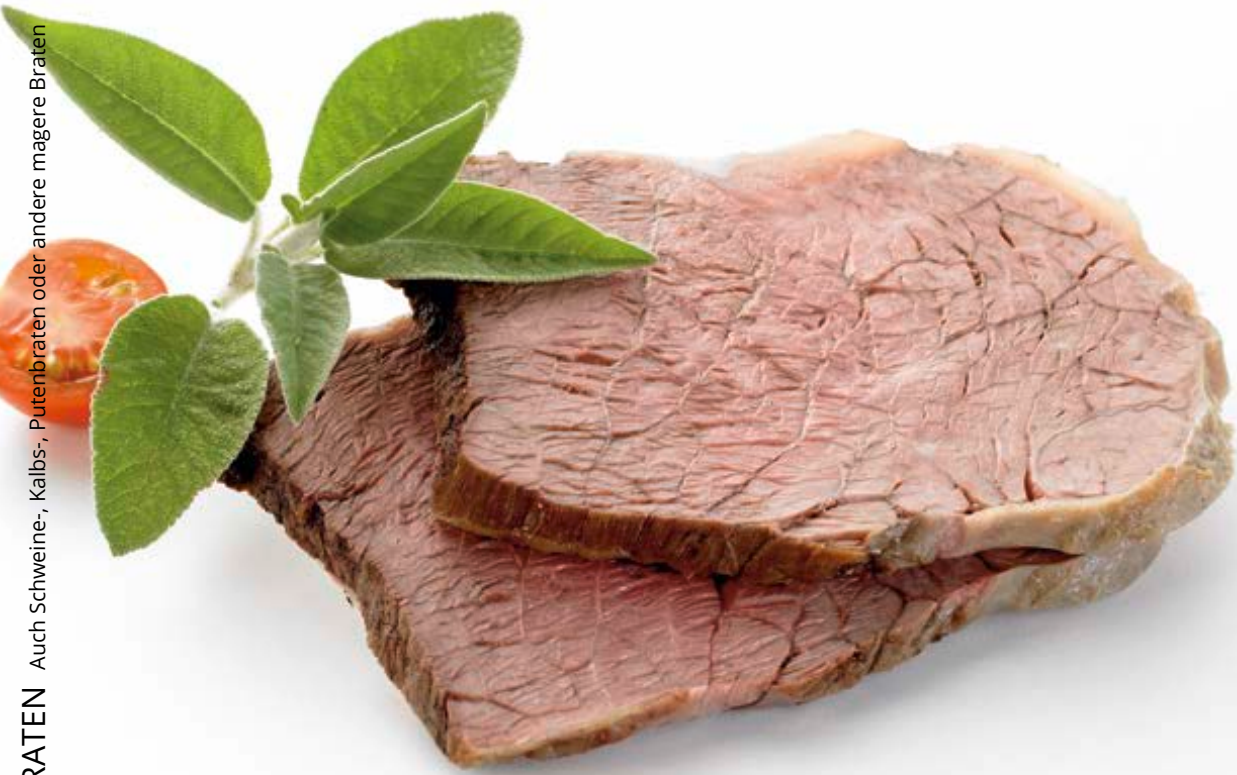
LAMMKOTELETTS Auch Hammelfleisch, Lammkeule, Wild





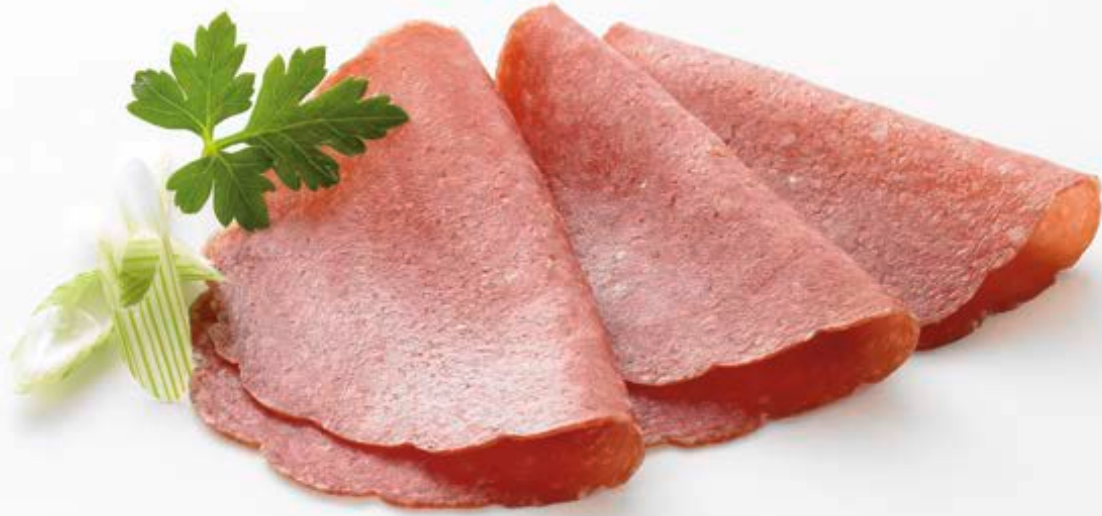
RINDERBRATEN

Auch Schweine-, Kalbs-, Putenbraten oder andere magerer Braten





SALAMI | Auch Mettwurst, Sucuk (türkische Wurst), Mett



BÜNDNER FLEISCH

Auch Schinken ohne Fettrand, Braten-, Putenbrustaufschnitt, Kochschinken







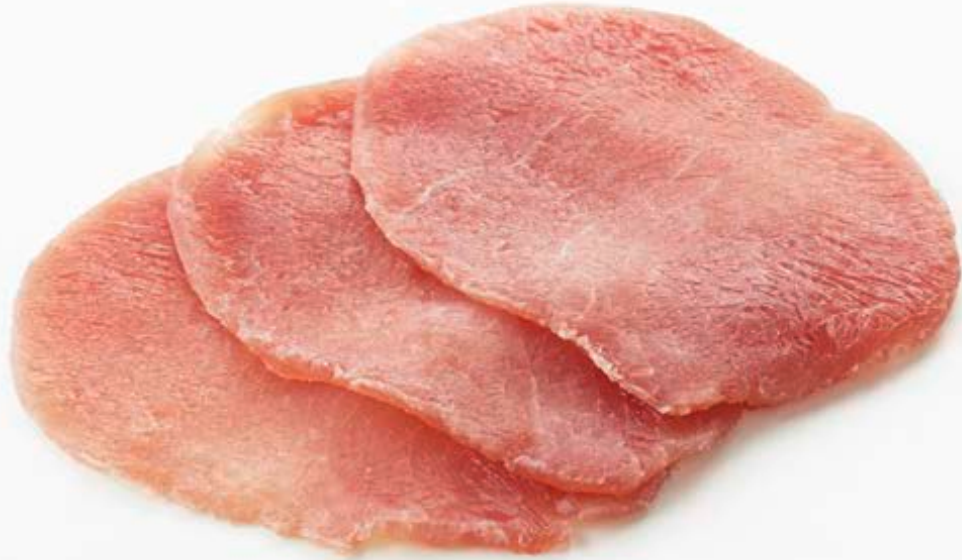
RUMPSTEAK Gebratenes mageres Fleisch



WIENER WÜRSTCHEN Auch Bockwurst, Brühwurst

















FISCHKONSERVE IM EIGENEN SAFT







RAPSÖL Alle Pflanzenöle



RAPSÖL Alle Pflanzenöle







SCHLAGSAHNE 30 % FETT Auch Schmand, Crème fraîche, Crème double

















SAHNEERSATZ







CHIPS Alle fettreichen Knabberartikel, z. B. Erdnussflips, Tortillachips, Cracker



COLA Auch gezuckerte Energydrinks, alkoholfreie Cola-Mischgetränke







FRUCHTHEIS Alle Sorten Fruchteis (ohne Milch- oder Sahnezusatz)



FRUCHTSAFTGETRÄNK Alle gezuckerten Getränke mit Fruchtsaftanteil, auch Fruchtnektar







SCHWARZWÄLDER KIRSCHTORTE

Alle Sahne- und Cremetorten



LIMONADE Alle zuckerhaltigen Limonaden und Sportlergetränke







MÜSLIRIEGEL Auch stark gezuckerte/gesüßte Sportriegel













NUSS-NUGAT-CREME

SCHOKO-KEKS-WAFFEL Auch Schokoriegel



GEZUCKERTE FRÜHSTÜCKSCEREALIEN

Auch Schokomüsli, Knuspermüsli, gezuckerte Cornflakes





ROSINENBRÖTCHEN Auch Schokobrötchen, Milchbrötchen, Stuten, Hörnchen













ZUCKER

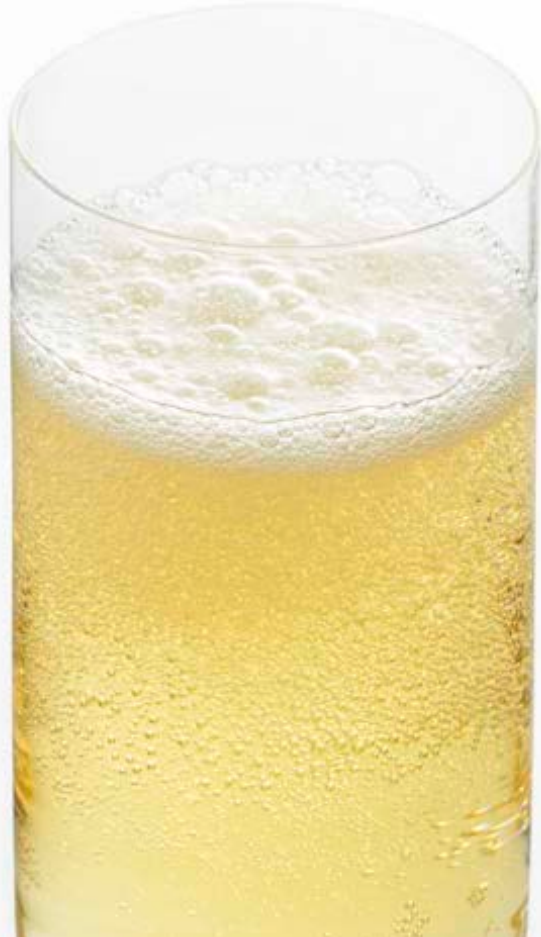








FASSBRAUSE Auch Malzgetränke



SCHOKORIEGEL

Auch Schoko-Keks-Waffeln, Pralinen, Schokolade



















DÖNER













HAMBURGER



BECHAMELSOÛRE Alle gebundenen und/oder mit Sahne angereicherten warmen hellen Soûsen









PIZZA SALAMI Alle Pizzen mit Fleisch- und/oder Fischbelag, auch Pizzabaguette



SPAGHETTI CARBONARA Alle Nudelgerichte mit Sahnesoße



SPAGHETTI BOLOGNESE Alle Nudelgerichte mit Tomatensoße und Fleischbeilage



SPAGHETTI MIT TOMATENSOÛSE

Alle Nudelgerichte mit Tomatensoûse, auch Tortellini, Ravioli



VEGETARISCHE PIZZA Auch Zwiebelkuchen, Flammkuchen, überbackene Baguettes







GETREIDEBRATLING Auch Gemüsebratling, Falafel







REIBEKUCHEN Auch Rösteecken, Pommes frites, Kroketten



FISCHSTÄBCHEN Alle panierten Fischerzeugnisse, auch Fischfrikadellen, Bratfisch mit Mehlkruste



KOTELETT, PANIERT Auch Schnitzel paniert, Cordon bleu, in Teig gebackene Fleischbällchen







LATTE MACCHIATO

Alle Kaffeegetränke mit großem Milchanteil



CHICKEN NUGGETS Alle panierten und frittierten Fleischerzeugnisse



TRINKSCHOKOLADE

kakao mit Milch, alle Milchmodischgetränke





FISCHKONSERVE IN SOÜE







MILCHREIS



NUDELSUPPE









