🇯🇵 Japanisch Vokabeln: Diätetik und Ernährung

Japanisch – Deutsch · 106 Wörter · Niveau B1–B2

Japanisch	Aussprache	Deutsch
抗炎症の こうえんしょうの	*kōenshō no*	antientzündlich
抗酸化の こうさんかの	*kōsanka no*	antioxidativ
生の なまの	*nama no*	roh
蒸した むした	*mushita*	gedämpft
カフェインレスコーヒー	*kafein resu kōhī*	der koffeinfreie Kaffee
バランスのとれた	*baransu no toreta*	ausgewogen
低脂肪の ていしぼうの	*teishibō no*	fettarm
摂取 せっしゅ	*sesshu*	die Aufnahme
運動 うんどう	*undō*	die körperliche Betätigung
依存症 いぞんしょう	*izonshō*	die Sucht
添加物 てんかぶつ	*tenkabutsu*	der Zusatzstoff
食品 しょくひん	*shokuhin*	die Lebensmittel
アレルギー	*arerugī*	die Allergie
食欲 しょくよく	*shokuyoku*	der Appetit
摂取量 せっしゅりょう	*sesshuryō*	die Zufuhr
アスパルテーム	*asuparutēmu*	das Aspartam
オーツ麦 オーツむぎ	*ōtsumugi*	der Hafer
ミネラルウォーター	*mineraru wōtā*	das Mineralwasser
甘味料 かんみりょう	*kanmiryō*	der Süßstoff

Japanisch	Aussprache	Deutsch
エネルギー	*enerugī*	die Energie
バランスのとれた食事 バランスのとれたしょくじ	*baransu no toreta shokuji*	die ausgewogene Ernährung
栄養成分表示 えいようせいぶんひょうじ	*eiyō seibun hyōji*	die Nährwertkennzeichnung
食習慣 しょくしゅうかん	*shoku shūkan*	die Essgewohnheit
植物油 しょくぶつゆ	*shokubutsuyu*	das Pflanzenöl
材料 ざいりょう	*zairyō*	die Zutat
インスリン	*insurin*	das Insulin
不耐症 ふたいしょう	*futaishō*	die Unverträglichkeit
肥満 ひまん	*himan*	die Fettleibigkeit
アルコール飲料 アルコールいんりょう	*arukōru inryō*	das alkoholische Getränk
エナジードリンク	*enajī dorinku*	der Energydrink
スポーツドリンク	*supōtsu dorinku*	das Sportgetränk
加糖飲料 かとういんりょう	*katō inryō*	das gesüßte Getränk
カフェイン	*kafein*	das Koffein
カロリー	*karorī*	die Kalorie
おやつ	*oyatsu*	der Snack
保存料 ほぞんりょう	*hozonryō*	das Konservierungsmittel
クレアチン	*kureachin*	das Kreatin
脱水症状 だっすいしょうじょう	*dassui shōjō*	die Dehydrierung
消化 しょうか	*shōka*	die Verdauung
血糖 けっとう	*kettō*	der Blutzucker
一人前 いちにんまえ	*ichininmae*	die Portion
タンパク質 タンパクしつ	*tanpakushitsu*	das Eiweiß

Japanisch	Aussprache	Deutsch
量 りょう	*ryō*	die Menge
健康 けんこう	*kenkō*	die Gesundheit
血圧 けつあつ	*ketsuatsu*	der Blutdruck
多様性 たようせい	*tayōsei*	die Abwechslung
ビタミン	*bitamin*	das Vitamin
栄養士 えいようし	*eiyōshi*	der Ernährungsberater
カルシウム	*karushiumu*	das Kalzium
穀物 こくもつ	*kokumotsu*	das Getreide
コレステロール	*koresuterōru*	das Cholesterin
着色料 ちゃくしょくりょう	*chakushokuryō*	der Farbstoff
栄養補助食品 えいようほじょしょくひん	*eiyō hojo shokuhin*	das Nahrungsergänzungsmittel
糖尿病 とうにょうびょう	*tōnyōbyō*	der Diabetes
管理栄養士 かんりえいようし	*kanri eiyōshi*	der Diätologe
スナックの自動販売機 スナックのじどうはんばいき	*sunakku no jidō hanbaiki*	der Snackautomat
ファーストフード	*fāsuto fūdo*	das Fast Food
小麦粉製品 こむぎこせいひん	*komugiko seihin*	die Mehlprodukte
鉄 てつ	*tetsu*	das Eisen
果物 くだもの	*kudamono*	das Obst
シーフード	*shīfūdo*	die Meeresfrüchte
炭水化物 たんすいかぶつ	*tansuikabutsu*	die Kohlenhydrate
グルテン	*guruten*	das Gluten
飽和脂肪酸 ほうわしぼうさん	*hōwa shibōsan*	die gesättigten Fettsäuren

Japanisch	Aussprache	Deutsch
間食 かんしょく	*kanshoku*	das Knabbern
乳糖 にゅうとう	*nyūtō*	die Laktose
野菜 やさい	*yasai*	das Gemüse
脂質 ししつ	*shishitsu*	die Lipide
マグネシウム	*maguneshiumu*	das Magnesium
新陳代謝 しんちんたいしゃ	*shinchin taisha*	der Stoffwechsel
栄養素 えいようそ	*eiyōso*	der Nährstoff
体重 たいじゅう	*taijū*	das Gewicht
ポップコーン	*poppukōn*	das Popcorn
カリウム	*kariumu*	das Kalium
プロバイオティクス	*purobaiotikusu*	das Probiotikum
乳製品 にゅうせいひん	*nyūseihin*	das Milchprodukt
食事プラン しょくじプラン	*shokuji puran*	der Ernährungsplan
ダイエット	*daietto*	die Diät
バランスのよい食事 バランスのよいしょくじ	*baransu no yoi shokuji*	die vollständige Mahlzeit
塩 しお	*shio*	das Salz
ナトリウム	*natoriumu*	das Natrium
大豆 だいず	*daizu*	die Soja
砂糖 さとう	*satō*	der Zucker
添加糖 てんかとう	*tenkatō*	der zugesetzte Zucker
太りすぎ ふとりすぎ	*futorisugi*	das Übergewicht
亜鉛 あえん	*aen*	das Zink

Japanisch	Aussprache	Deutsch
アミノ酸 アミノさん	*aminosan*	die Aminosäuren
食物繊維 しょくもつせんい	*shokumotsu sen'i*	die Ballaststoffe
オートミール	*ōtomīru*	die Haferflocken
種 たね	*tane*	die Samen
脂肪 しぼう	*shibō*	die Fette
ミネラル	*mineraru*	die Mineralstoffe
ナッツ	*nattsu*	die Nüsse
体に悪い からだにわるい	*karada ni warui*	ungesund
栄養のある えいようのある	*eiyō no aru*	nahrhaft
健康的な けんこうてきな	*kenkōteki na*	gesund
乾燥した かんそうした	*kansō shita*	getrocknet
ベジタリアン	*bejitarian*	vegetarisch
Nützliche Verben		
選ぶ えらぶ	*erabu*	wählen
バランスを取る バランスをとる	*baransu o toru*	ausgleichen
ダイエット中である ダイエットちゅうである	*daiettochū de aru*	auf Diät sein
断食する だんじきする	*danjiki suru*	fasten
痩せる やせる	*yaseru*	schlanker werden
体重を減らす たいじゅうをへらす	*taijū o herasu*	abnehmen
ダイエットを始める ダイエットをはじめる	*daietto o hajimeru*	eine Diät anfangen
冷凍する れいとうする	*reitō suru*	einfrieren

© vokabellisten.com – Kostenlose Vokabellisten in 49 Sprachen. Weitergabe nur mit Quellenangabe.