🇹🇷 Türkisch Vokabeln: Diätetik und Ernährung

Türkisch – Deutsch · 106 Wörter · Niveau B1–B2

Türkisch	Aussprache	Deutsch
iltihap giderici	*iltihap gideridschi*	antientzündlich
antioksidan	*antioksidan*	antioxidativ
çiğ	*tschii*	roh
buharda pişmiş	*buharda pischmisch*	gedämpft
kafeinsiz kahve	*kafeinsis kahwe*	der koffeinfreie Kaffee
dengeli	*dengeli*	ausgewogen
az yağlı	*as jaalı*	fettarm
alım (tüketim)	*alım (tüketim)*	die Aufnahme
fiziksel aktivite	*fisiksel aktiwite*	die körperliche Betätigung
bağımlılık	*baımlılık*	die Sucht
katkı maddesi	*katkı maddessi*	der Zusatzstoff
gıdalar	*gıdalar*	die Lebensmittel
alerji	*alershi*	die Allergie
iştah	*ischtah*	der Appetit
alım (vücuda giren)	*alım (wüdschuda giren)*	die Zufuhr
aspartam	*aspartam*	das Aspartam
yulaf	*julaf*	der Hafer
maden suyu	*maden ssuju*	das Mineralwasser
tatlandırıcı	*tatlandırıdschı*	der Süßstoff
enerji	*enershi*	die Energie
dengeli beslenme	*dengeli beslenme*	die ausgewogene Ernährung
besin değeri etiketi	*bessin dejeri etiketi*	die Nährwertkennzeichnung
yeme alışkanlığı	*jeme alıschkanlıı*	die Essgewohnheit
bitkisel yağ	*bitkissel jaa*	das Pflanzenöl
malzeme	*malseme*	die Zutat
insülin	*insülin*	das Insulin
intolerans	*intolerans*	die Unverträglichkeit

Türkisch	Aussprache	Deutsch
obezite	*obesite*	die Fettleibigkeit
alkollü içecek	*alkollü itschedschek*	das alkoholische Getränk
enerji içeceği	*enershi itschedscheji*	der Energydrink
spor içeceği	*spor itschedscheji*	das Sportgetränk
şekerli içecek	*schekerli itschedschek*	das gesüßte Getränk
kafein	*kafein*	das Koffein
kalori	*kalori*	die Kalorie
atıştırmalık	*atıschtırmalık*	der Snack
koruyucu madde	*korujudschu madde*	das Konservierungsmittel
kreatin	*kreatin*	das Kreatin
susuz kalma	*ssussus kalma*	die Dehydrierung
sindirim	*ssindirim*	die Verdauung
kan şekeri	*kan schekeri*	der Blutzucker
porsiyon	*porsijon*	die Portion
protein	*protein*	das Eiweiß
miktar	*miktar*	die Menge
sağlık	*ssaalık*	die Gesundheit
kan basıncı	*kan bassındschı*	der Blutdruck
çeşitlilik	*tscheschitlilik*	die Abwechslung
vitamin	*witamin*	das Vitamin
beslenme danışmanı	*beslenme danıschmanı*	der Ernährungsberater
kalsiyum	*kalsijum*	das Kalzium
tahıl	*tahıl*	das Getreide
kolesterol	*kolesterol*	das Cholesterin
renklendirici	*renklendiridschi*	der Farbstoff
gıda takviyesi	*gıda takwijessi*	das Nahrungsergänzungsmittel
diyabet	*dijabet*	der Diabetes
diyetisyen	*dijetisjen*	der Diätologe
atıştırmalık otomatı	*atıschtırmalık otomatı*	der Snackautomat
fast food	*fast food*	das Fast Food
unlu mamuller	*unlu mamuller*	die Mehlprodukte
demir	*demir*	das Eisen

Türkisch	Aussprache	Deutsch
meyve	*mejwe*	das Obst
deniz ürünleri	*denis ürünleri*	die Meeresfrüchte
karbonhidratlar	*karbonhidratlar*	die Kohlenhydrate
glüten	*glüten*	das Gluten
doymuş yağ asitleri	*dojmusch jaa assitleri*	die gesättigten Fettsäuren
atıştırma	*atıschtırma*	das Knabbern
laktoz	*laktos*	die Laktose
sebze	*ssebse*	das Gemüse
lipitler	*lipitler*	die Lipide
magnezyum	*magnesjum*	das Magnesium
metabolizma	*metabolisma*	der Stoffwechsel
besin maddesi	*bessin maddessi*	der Nährstoff
kilo	*kilo*	das Gewicht
patlamış mısır	*patlamısch mıssır*	das Popcorn
potasyum	*potasjum*	das Kalium
probiyotik	*probijotik*	das Probiotikum
süt ürünü	*ssüt ürünü*	das Milchprodukt
beslenme planı	*beslenme planı*	der Ernährungsplan
diyet	*dijet*	die Diät
tam öğün	*tam öün*	die vollständige Mahlzeit
tuz	*tus*	das Salz
sodyum	*ssodjum*	das Natrium
soya	*ssoja*	die Soja
şeker	*scheker*	der Zucker
ilave şeker	*ilawe scheker*	der zugesetzte Zucker
fazla kilo	*fasla kilo*	das Übergewicht
çinko	*tschinko*	das Zink
amino asitler	*amino assitler*	die Aminosäuren
lifler	*lifler*	die Ballaststoffe
yulaf ezmesi	*julaf esmessi*	die Haferflocken
tohumlar	*tohumlar*	die Samen
yağlar	*jaalar*	die Fette

Türkisch	Aussprache	Deutsch
mineraller	*mineraller*	die Mineralstoffe
kuruyemişler	*kurujemischler*	die Nüsse
sağlıksız	*ssaalıksıs*	ungesund
besleyici	*beslejidschi*	nahrhaft
sağlıklı	*ssaalıklı*	gesund
kurutulmuş	*kurutulmusch*	getrocknet
vejetaryen	*weshetarjen*	vegetarisch
Nützliche Verben		
seçmek	*ssetschmek*	wählen
dengelemek	*dengelemek*	ausgleichen
diyette olmak	*dijette olmak*	auf Diät sein
oruç tutmak	*orutsch tutmak*	fasten
zayıflamak	*sajıflamak*	schlanker werden
kilo vermek	*kilo wermek*	abnehmen
diyete başlamak	*dijete baschlamak*	eine Diät anfangen
dondurmak	*dondurmak*	einfrieren

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