🇮🇹 Italienisch Vokabeln: Diätetik und Ernährung

Italienisch – Deutsch · 109 Wörter · Niveau B1–B2

Italienisch	Deutsch
antinfiammatorio	antientzündlich
antiossidante	antioxidativ
crudo	roh
cotto al vapore	gedämpft
caffè decaffeinato	koffeinfreier Kaffee
equilibrato	ausgewogen
magro	fettarm
l'assunzione	die Aufnahme
l'attività fisica	die körperliche Betätigung
la dipendenza	die Sucht
l'additivo	der Zusatzstoff
gli alimenti	die Lebensmittel
la nutrizione	die Ernährung
l'allergia	die Allergie
l'appetito	der Appetit
l'apporto	die Zufuhr
l'aspartame	das Aspartam
l'avena	der Hafer
l'acqua minerale	das Mineralwasser
il dolcificante	der Süßstoff
l'energia	die Energie
l'equilibrio alimentare	die ausgewogene Ernährung
l'etichetta nutrizionale	die Nährwertkennzeichnung
l'abitudine alimentare	die Essgewohnheit
l'olio vegetale	das Pflanzenöl
l'ingrediente	die Zutat

Italienisch	Deutsch
l'insulina	das Insulin
l'intolleranza	die Unverträglichkeit
l'obesità	die Fettleibigkeit
la bevanda alcolica	das alkoholische Getränk
la bevanda energetica	der Energydrink
la bevanda per sportivi	das Sportgetränk
la bevanda zuccherata	das gesüßte Getränk
la caffeina	das Koffein
la caloria	die Kalorie
lo spuntino	der Snack
il conservante	das Konservierungsmittel
la creatina	das Kreatin
la disidratazione	die Dehydrierung
la digestione	die Verdauung
la glicemia	der Blutzucker
il grasso	das Fett
la porzione	die Portion
le proteine	das Eiweiß
la quantità	die Menge
la salute	die Gesundheit
la pressione sanguigna	der Blutdruck
la varietà	die Abwechslung
la vitamina	das Vitamin
il nutrizionista	der Ernährungsberater
il calcio	das Kalzium
il cereale	das Getreide
il colesterolo	das Cholesterin
il colorante	der Farbstoff
l'integratore alimentare	das Nahrungsergänzungsmittel
il diabete	der Diabetes
il dietologo	der Diätologe

Italienisch	Deutsch
il distributore automatico	der Snackautomat
il fast food	das Fast Food
i prodotti a base di farina	die Mehlprodukte
il ferro	das Eisen
la frutta	das Obst
i frutti di mare	die Meeresfrüchte
i carboidrati	die Kohlenhydrate
il glutine	das Gluten
i grassi saturi	die gesättigten Fettsäuren
il lattosio	die Laktose
la verdura	das Gemüse
i lipidi	die Lipide
il magnesio	das Magnesium
il metabolismo	der Stoffwechsel
il nutriente	der Nährstoff
il peso	das Gewicht
il popcorn	das Popcorn
il potassio	das Kalium
il probiotico	das Probiotikum
il latticino	das Milchprodukt
il piano alimentare	der Ernährungsplan
la dieta	die Diät
il pasto completo	die vollständige Mahlzeit
il sale	das Salz
il sodio	das Natrium
la soia	die Soja
lo zucchero	der Zucker
gli zuccheri aggiunti	der zugesetzte Zucker
il sovrappeso	das Übergewicht
lo zinco	das Zink
gli amminoacidi	die Aminosäuren

Italienisch	Deutsch
le fibre alimentari	die Ballaststoffe
i fiocchi d'avena	die Haferflocken
i semi	die Samen
i grassi	die Fette
i sali minerali	die Mineralstoffe
le noci	die Nüsse
malsano	ungesund
nutriente	nahrhaft
povero di grassi	fettarm
sano	gesund
essiccato	getrocknet
una dieta equilibrata	eine ausgewogene Ernährung
vegetariano	vegetarisch
Nützliche Verben	
scegliere	wählen
equilibrare	ausgleichen
essere a dieta	auf Diät sein
digiunare	fasten
dimagrire	schlanker werden
perdere peso	abnehmen
mettersi a dieta	eine Diät anfangen
congelare	einfrieren

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