



Haver of sojadrank beter dan melk?

Opdracht omschrijving (voor leerling):



We verruilen het klassieke glas melk steeds vaker voor plantaardige vervangers op basis van soja, haver, amandel, rijst, hazelnoot en kokos. Is dat gezonder en wat zijn de gevolgen voor het milieu?

Bron: het Parool Jaap Seidell en Jutka Halberstadt 18 mei 2019 (inclusief afbeeldingen).

Lees:

Het krantenartikel van Jutka Halberstadt en Jaap Seidell:

[Is haver- of sojadrank echt beter dan melk? | Het Parool](#)

Andere informatie:

<https://www.oatly.com/nl/>

<https://www.alpro.com/nl/>

Opdracht:

1. Proef met elkaar de verschillende dranken blind (laat één groepslid de leiding nemen).
Kunnen jullie raden welke drank het is? Wat vinden jullie ervan? Lekker? Niet lekker?
Waarom komen er steeds meer van dit soort dranken op de markt?
2. Onderzoek de voedingswaarde per 100 ml van de verschillende dranken die jullie hebben geproefd. Maak een duidelijk en aantrekkelijk overzicht. Welke onderwerpen kan je nog meer meenemen in jullie overzicht? Lees anders nog eens het krantenartikel. Welke drank komt volgens jullie het beste uit de bus. Beargumenteer jullie keuze.