



## Woher hat die Möhre ihre Farbe?

Der farbige Stoff der Möhre ist das  $\beta$ -Carotin (eine Vorstufe des wichtigen Vitamin A).  $\beta$ -Carotin ist ein fettlösliches Vitamin. Daher kann sich das  $\beta$ -Carotin nicht in Wasser lösen, sondern löst sich gut in dem Speiseöl, das dadurch kräftig gelb gefärbt wird.

Dieser Versuch zeigt auch, dass es wichtig ist, beim Essen von Möhren möglichst auch etwas Fett oder Öl mit aufzunehmen, da dann das  $\beta$ -Carotin in dem Fett bzw. Öl gelöst wird und so besser vom menschlichen Organismus aufgenommen werden kann. Gleiches gilt auch z. B. für das Salatdressing. Das verwendete Öl kann die fettlöslichen Stoffe des Salates aufnehmen und so dem Körper die Aufnahme der Wertstoffe erleichtern.

Auch dem Menschen verleiht das  $\beta$ -Carotin einen rötlich-bräunlichen Teint, da es sich im Fettgewebe der Haut ablagert (daher also die „gesunde“ Farbe der „Möhrenbrei-Babys“).

