## Katarina

# Ich versuche schon reichlich Obst und Gemüse zu essen. Obst ist ja einfach genug zu kaufen. Und wir bauen auch viel im Garten an. Wir haben unseren eigenen Salat, Tomaten und auch Spinat.

# Morgens esse ich eigentlich immer ein Brötchen und trinke eine Tasse Kaffee. Wenn’s schnell gehen soll, trinke ich auch manchmal Tee. Meistens esse ich eine Brötchenhälfte mit Marmelade – was so gerade da ist, ich bin da nicht wählerisch – und die andere Hälfte mit Käse.

# Nach dem Frühstück trinke ich auch immer ein Glass Orangensaft, [lacht] so als erste Fruchtportion des Tages. Anderes Obst nehme ich dann mit ins Büro und esse es den Tag über.