**Rohkost**

|  |  |
| --- | --- |
| **Salatgurke**    **F-Hände nach außen bewegen** | |
| **Karotte**    **Zeigefinger 2mal über anderen Zeigefinger nach vorne streichen** |

|  |
| --- |
| **Paprika** |
| **Tomate**    **Sch-Hände, gekrümmt, 2mal gegeneinander bewegen** |