

1. Wat schreef de Romein Apicius met zijn 'De Re Coquinaria'?
 - a. Het eerste dieetboek
 - b. Het eerste wijnboek
 - c. Het eerste kookboek
 - d. Het eerste recept van Coq au vin (haan in rode wijnsaus)

2. Welke marine-arts ontdekte het middel tegen scheurbuik (vitamine-C gebrek)?
 - a. Pieter van den Broecke
 - b. Hernando Cortes
 - c. Pierre Durand
 - d. James Lind

3. Wat is het verschil tussen een ijskast en een koelkast?
 - a. Een ijskast gebruikt blokken ijs om te koelen, een koelkast koelt elektrisch.
 - b. Een koelkast gebruikt blokken ijs om te koelen, een ijskast koelt elektrisch.
 - c. Een ijskast wordt in een mortuarium gebruikt, een koelkast thuis.
 - d. Een ijskast kan tot onder het vriespunt koelen, een koelkast alleen tot 4 ° Celsius.

4. Welke stelling is waar?
 - a. Water is een brandstof.
 - b. Je bestaat voornamelijk uit water.
 - c. Je kunt altijd zonder risico zeer veel water in korte tijd drinken.
 - d. Ook van het drinken van water kun je dik worden.

5. Wat zijn essentiële aminozuren?
 - a. De enige voor het menselijk lichaam belangrijke aminozuren.
 - b. De enige aminozuren die in eiwitten zitten.
 - c. De enige aminozuren die door het menselijk lichaam aangemaakt kunnen worden.
 - d. De enige aminozuren die niet door het menselijk lichaam aangemaakt kunnen worden.

6. Wat is coeliakie?
 - a. Gluten-intolerantie.
 - b. Koemelk-allergie.
 - c. Glucose-intolerantie.
 - d. Smetvrees.

7. Wat zijn geen koolhydraten?
 - a. Vezels.
 - b. Transvetten.
 - c. Suikers.
 - d. Zetmeel.

8. Wat is waar over vitamines?
 - a. Onze huid kan vitamine D uit zonlicht maken.
 - b. Baby's hebben veel vitamine K meegekregen uit de baarmoeder.
 - c. Vitamine C zit veel in appels.
 - d. Ons lichaam kan een voorraadje vitamine C in de lever opslaan.

9. Wat is 'Leaky Gut'?
 - a. Diarree.
 - b. Een geperforeerde darm.
 - c. Een verhoogde doorlaatbaarheid van de darmwand.
 - d. Urineverlies.

10. Wat is geen broodjeaapverhaal?
 - a. Aspartaam is kankerverwekkend.
 - b. E-621 is slecht voor je gezondheid.
 - c. Alcohol is slecht voor je gezondheid.
 - d. Snelle koolhydraten zijn ongezond.