

**Διδακτικές Δραστηριότητες**  
**Πίνακας 2: Αντιοξειδωτικά μόρια και τροφές στις οποίες συναντώνται**

Μετάφραση από Ζαχαροπούλου Όλγα

<b>Αντιοξειδωτικά μόρια</b>	<b>Τροφές</b>
β- καροτίνη	Καρότο
Ασκορβικό οξύ (βιταμίνη C)	Λεμόνι
α-τοκοφερόλη (βιταμίνη E)	Σιτέλαιο
Λυκοπένη	Ντομάτες Pachino
Μελατονίνη	Έξτρα παρθένο ελαιόλαδο
Κερκετίνη	Κρεμμύδι
S-allylcysteine	Σκόρδο
Ανθοκυανιδίνη με ζάχαρη	Ρόδι
Χλωρογενικό οξύ	Καφές εσπρέσο

*Δομές*

*Η εικόνα δημοσιεύεται με την άδεια του Gianluca Farusi*

*Όλες οι υπόλοιπες εικόνες δημοσιεύονται με την άδεια του [www.clipart.com](http://www.clipart.com)*