

Inhalt

1.	Rezeptverzeichnis	4			Methodenkarte Tischdecken	67
2.	Abkürzungen	4			Tischdecken für ein mehrgängiges	
3.	Vorüberlegungen	5			Menü	68
4.	Planung	8			Thementisch	69
	Zeitliche Planung der Unterrichts-				Methodenkarte Aufbau eines Buffets .	70
	stunde	8		6.4	Anrichten und Garnieren	71
	Plakat und Wortkarten	9			Anrichten von Speisen	71
	Tätigkeitsbericht erstellen	10			Garnieren von Speisen	72
5.	Methodenkarten	12			7. Ernährung	73
	Texte verstehen	12			7.1 Gesunde Ernährung	74
	Plakat erstellen	13			Puzzle „Regeln für eine gesunde Er-	
	Referat/Vortrag halten	14			nährung“	74
	Mindmap erstellen	15			Ernährungsprotokoll	75
	Deckblatt am PC erstellen	16			Ernährungspyramide	76
	Rezept am PC schreiben	17			10 Regeln der DGE	76
	Menükarte am PC schreiben	18			Gesunde Ernährung mit der Ernäh-	
	Kostenkalkulation am PC erstellen ...	19			rungspyramide	77
	Internetrecherche durchführen	20		7.2	Kontrolliere dein Wissen!	78
	PowerPoint-Präsentation erstellen ...	21			Mediterrane Ernährung	80
6.	Grundlegende Arbeitstechniken				Mediterrane Länder	80
	in der Küche	22			Infokarten	81
6.1	Garverfahren	23			Puzzle „Mediterrane Ernährung ist	
	Memory®	23			gesund!“	83
	Klammerkarten	24			Mediterrane Küche	85
	Vergleich: Garverfahren auf dem Herd	26			Projekt: Mediterrane Küche	86
	Vergleich: Garverfahren im Backofen	27			7.3 Produkte der Lebensmittelindustrie ..	87
	Garmachungsart: Schmoren	28			Puzzle „Produkte der Lebensmittel-	
	Garmachungsart: Druckgaren	29			industrie“	87
	Garmachungsart: Braten im Ofen	30			Zuordnungsspiele	89
	Garmachungsart: Grillen	31			Infokarten mit Arbeitsblatt	90
	Quiz Garverfahren	32			Plakat	92
6.2	Grundrezepte	33			Gesundes Fast Food	94
	3er-Memory® „Grundrezepte“	33			Wir vergleichen Convenience-	
	Cremesuppe	34			Produkte	95
	Spätzle	36			7.4 Kostformen	96
	Kartoffelpüree	38			Fragekarten „Kostformen“	96
	Semmelknödel	40			Infokarten mit Arbeitsblatt	97
	Gekochte Salate	42			Fragekarten „Rezepte“	98
	Fleischteig	44			7.5 Ernährungsprobleme	102
	Pfannkuchenteig	46			Fragekarten	102
	Quark-Öl-Teig	48			Body-Mass-Index-Scheibe	103
	Biskuitteig	50			Infokarten mit Arbeitsblatt	104
	Mürbteig	52			Plakat	107
	Hefeteig	54			8. Gefährdung durch	
	Strudelteig	56			Lebensmittel	109
	Brandteig	58			Puzzle „Gefährdung durch Lebens-	
	Einfache Creme	60			mittel“	110
	Verarbeitung von Gelatine	62			Infokarten mit Fragekarten und	
	Projekt: Wir stellen ein festliches				Arbeitsblatt	111
	Menü her	65			Plakat	116
6.3	Tischdecken	67			Gefährdung durch Schimmel	117
					Gefährdung durch Salmonellen	118

9. Lebensmittelmarkt	120	Aufgaben „Wir schreiben ein Etikett und Preisschilder“	137
Infokarten „Verbraucherschutz“	121	Wir verpacken unser Produkt, bauen einen Verkaufsstand auf und berechnen den Verkaufspreis	138
Arbeitsblatt „Verbraucherschutz“	125	Wir berechnen Gewinn oder Verlust	140
Infokarten mit Arbeitsblatt: „biologisch, fair, regional, saisonal“	126	Produkte für den Verkaufsstand	141
Infokarten „Marketing und Werbung“	131		
Puzzle „Marketing und Werbung“	132	10. Berufsorientierung	143
Aufgabe „Wir erstellen eine Lautsprecherdurchsage“	133	Puzzle „Soziale Berufe“	144
Aufgabe „Wir erstellen ein Werbeposter“	134	Infokarten „Berufe“	145
Projekt: Kleiner Markt	135	Arbeitsblatt „Berufe“	152
Bewertungsbogen	136	Berufs-Check	153

1 Rezeptverzeichnis

Rezept	Seite	Rezept	Seite
Apfelküchlein mit Vanillesoße	47	Lachsfüllung	59
Bananenschnitten	51	Lauch-Schinken-Fladen (Hefeteig)	55
Bunter Kartoffelsalat	43	Mandelhörnchen	142
Cantuccini	141	Maracujacreme	61
Erdbeerdessert mit gerösteten Mandelplättchen	64	Mediterrane Putenröllchen	28
Fruchtspiegel	63	Mediterraner Fischauflauf	85
Gemüseecken (Quark-Öl-Teig)	49	Mokka-Pralinen	142
Griechischer Bauernsalat	77	Nudelpfanne	118
Grundrezept Biskuitteig	50	Nussecken	53
Grundrezept Brandteig	58	Ofengemüse mit Fetakäse	31
Grundrezept Cremesuppen	34	Orangenfarbene Lieblingssuppe	35
Grundrezept einfache Creme	60	Orangentrüffel	142
Grundrezept Fleischteig	44	Panna Cotta	63
Grundrezept Gelatineverarbeitung	62	Paprika-Reis	28
Grundrezept Hefeteig	54	Pilzsoße	41
Grundrezept Kartoffelpüree	38	Pizza	95
Grundrezept Marinade für gek. Salate	42	Puten-Schinken-Happen	37
Grundrezept Mürbteig	52	Rinderbraten	30
Grundrezept Pfannkuchenteig	46	Rindergulasch	29
Grundrezept Quark-Öl-Teig	48	Schinken-Hackfleisch-Röllchen	45
Grundrezept Semmelknödel	40	Schinkenknödel	41
Grundrezept Spätzle	36	Schnelle Nudelpfanne	118
Grundrezept Strudelteig	56	Schokoladencreme einfach	61
Grüne Nocken	35	Stracciatella-Kirschfüllung	59
Grüne Spätzle	37	Strudel mit pikanten Füllungen	57
Kartoffelpüree mit anderem Gemüse gemischt	39	Überbackener Birnen-Nuss-Toast	117
Kartoffelsalat bunt	43	Überbackener Chicorée	101
Käse-Sesam-Blüten	35	Vanillesoße	47
Konfitüre	141	Vollkornfladen aus Quark-Öl-Teig	77
Kümmelkartoffeln	101	Windbeutel	59
		Wraps mit Hühnchen-Avocado-Füllung	94

2 Abkürzungen

TL	Teelöffel	Msp.	Messerspitze
Bd.	Bund	P.	Päckchen
EL	Esstlöffel	Pr.	Prise
GMA	Garmachungsart	St.	Stück
LM	Lebensmittel	Sch.	Scheibe

3 Vorüberlegungen

Hauswirtschaft für Fortgeschrittene

„Den Schüler¹ auf das Leben vorbereiten“ – dieses große Ziel haben Schule und Unterricht vor Augen.

Vor allem aber auch im Unterrichtsfach Hauswirtschaft/Soziales erlernen die Schüler wesentliche Kenntnisse und Fertigkeiten, welche sie im späteren Leben einsetzen müssen. Dazu zählen vor allem gesunde Ernährung, Lebensmittelkunde, Ernährungsformen und -krankheiten, Verbraucherkunde, Arbeitsplanung, methodisches Arbeiten, aber auch das Zubereiten von Speisen mit bewusst gewählten Garmachungsarten. Ebenso leistet das Fach einen großen Beitrag für die Berufsorientierung der Jugendlichen und schafft die Grundlage für die Wahl eines geeigneten Berufes.

In diesem Buch finden Sie Materialien zu all diesen Themen, welche Sie in Ihrem Unterricht einsetzen können.

Grundlegende Rezepte und Garmachungsarten

Schüler, welche schon über Basiswissen in der Küche verfügen, können sich neues Wissen und Können aneignen, um damit bewusste Entscheidungen zu treffen. Durch das Einüben von Grundrezepten bzw. Garmachungsarten können sie selbstständig leicht abgewandelte Rezepte verstehen und zubereiten. Weiter ist es ihnen möglich, geeignete Garmachungsarten für verschiedene Lebensmittel auszuwählen und diese zuzubereiten.

Sie finden in diesem Buch unter der Rubrik Garmachungsarten/Grundrezepte jeweils erprobte Rezepte.

Motivierendes Arbeitsmaterial

Viele Fotos veranschaulichen die Lerninhalte und erleichtern gerade schwächeren Schülern oder Schülern mit schlechten Deutschkenntnissen den Zugang zum Lehrstoff.

Spielerische Lernmaterialien, z. B. Klammerkarten, Zuordnungskarten etc., haben einen hohen Motivationswert. Die Schüler können mithilfe dieser Materialien Lerninhalte selbstständig üben oder vertiefen und in offenen Unterrichtsphasen aktiv Verantwortung für ihren eigenen Lernprozess übernehmen.

Herstellen der Medien

Es empfiehlt sich wegen der besseren Haltbarkeit, Medien, die öfter verwendet werden, zu laminieren, z. B. Lernspiele, Plakate.

Bei Zuordnungsspielen, Dominos und Memorys[®] ist es zweckmäßig, die Kopiervorlage auf farbiges Tonpapier zu kopieren, da sonst der Druck auf der Rückseite durchscheint und die Schüler zum Mogeln verführt.

Viele Materialien bestehen aus vielen Einzelteilen. Um das Verlieren der Teile zu vermeiden, dienen einfache Papierumschläge, Schachteln und Dosen als Verpackung.

Bei der Erstellung der Spiele können Sie sich immer an die oben beschriebenen Anweisungen halten. Im ganzen Buch gilt:

✂ An Schneidelinien finden Sie dieses Symbol vor.

↷ Pfeile zeigen Ihnen die Faltrichtungen an.

Thematischer Aufbau

Aufbau des Basiswissens und Erweiterung der Basistechnik im Fach Hauswirtschaft stehen in diesem Buch im Mittelpunkt.

Sie finden zu jedem Thema Medien für die Gestaltung des Unterrichts, schüleraktive Arbeitsmaterialien und Arbeitsblätter vor.

Viele Arbeitsblätter sind so konzipiert, dass die Lehrkraft entscheiden kann, ob sie alle Unterthemen abarbeiten möchte oder ob sie einzelne Themen herausgreifen möchte.

Bei jedem neuen Kapitel finden Sie eine mögliche Aufstellung der zu erlernenden Kompetenzen und eine Übersicht über die Medien und deren unterrichtspraktische Realisierung sowie eine Mindmap mit Lerninhalten vor.



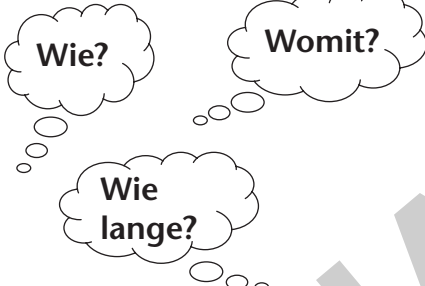
¹ Aufgrund der besseren Lesbarkeit ist in diesem Buch mit Schüler auch immer Schülerin gemeint, ebenso verhält es sich mit Lehrer und Lehrerin etc.

4 Planung

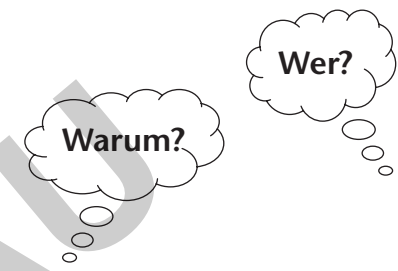
W-Fragen bei der Rezeptarbeit an der Tafel

Unterrichtspraktischer Hinweis:

Sprechblasen als Wortkarten vergrößern und bei der Rezeptarbeit an der Tafel einsetzen. Auf diese Weise werden bei den Schülern Planungskompetenzen angebahnt, die sie benötigen, wenn sie ein Gericht selbstständig alleine oder in der Gruppe herstellen müssen.

Rezept:		
Menge	Zutaten	Zubereitung
		

Planung,
Hinweise etc.



Zeitliche Planung der Unterrichtsstunde/eines Gerichts

Unterrichtspraktische Hinweise:

- Schüler lernen, die Unterrichts- bzw. Arbeitszeit zu strukturieren und zeitlich zu planen. Hierbei erwerben sie organisatorische Kompetenzen, die bei projektorientiertem Arbeiten sehr wichtig sind.
- Der Arbeitsauftrag kann als Methodenkarte oder als Folie verwendet werden.

Zeitplan erstellen

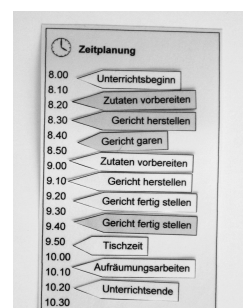
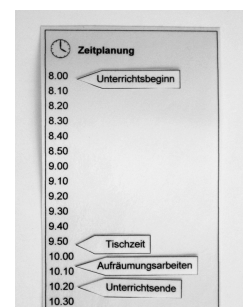
Aufgabe:

1. **Lege** den Unterrichtsbeginn- und das Unterrichtsende fest.
2. **Ordne** den Pfeil „Tischzeit“ der entsprechenden Uhrzeit **zu**.
3. **Stelle fest**, wie lange die Garzeit des Gerichts dauert, und **rechne** diese Zeitspanne von der Essenszeit zurück.
Ordne den Pfeil „Gericht garen“ **zu**.
4. **Plane** die restlichen Arbeitsschritte.

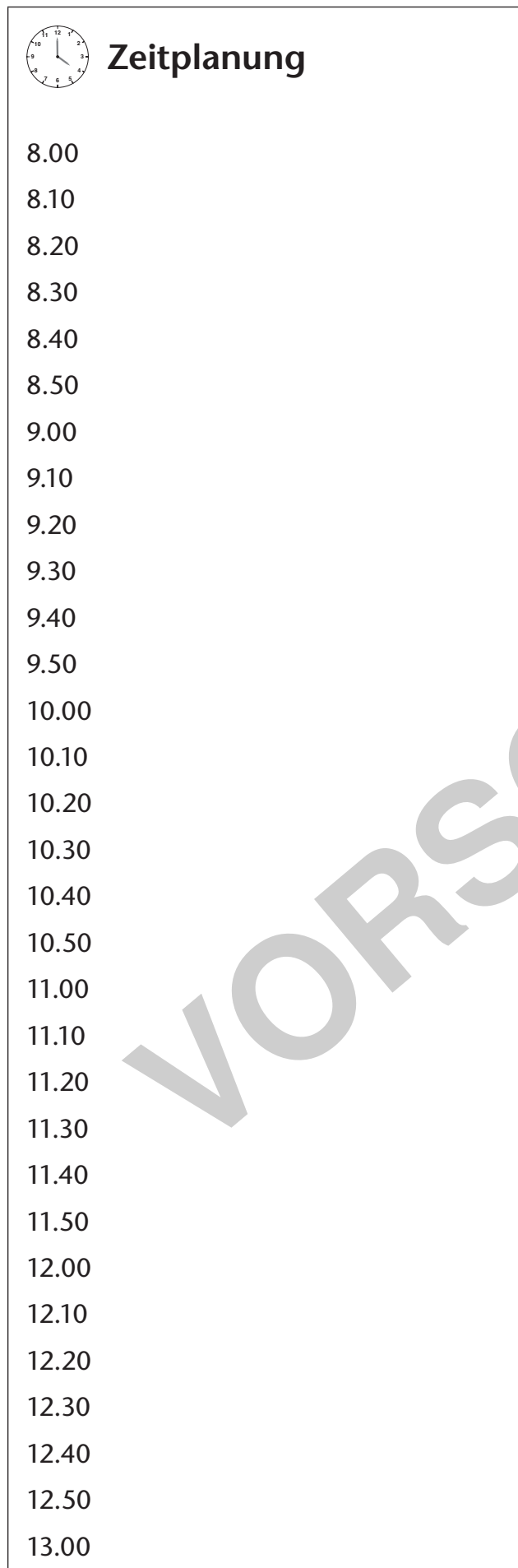
Tipps:



- Verwende für jedes Gericht eine andere Farbe.
- Nutze Wartezeiten für Aufräumarbeiten oder Theorie.
- Schiebe Arbeitsschritte ineinander.



Plakat „Zeitplanung“



Wortkarten „Zeitplanung“



- Unterrichtsbeginn
 - Unterrichtsende
 - Tischzeit
 - Aufräumarbeiten
 - Tätigkeitsbericht schreiben
 - Theorie
 - Arbeiten am PC
 - Abspülen / Abtrocknen
 - Projektarbeit
 - Wäschepflege
 - Einkaufen
 - Reinigungsarbeiten
 - Pause
- Folgende Wortkarten für die Zubereitung eines Rezeptes 2–3 × auf unterschiedlich farbiges Tonpapier kopieren, damit Schüler sich leichter bei der Planung von 2–3 Gerichten tun.
- Zutaten vorbereiten
 - Gericht herstellen
 - Gericht garen
 - Gericht fertigstellen
 - Wartezeit, z. B. Kühlen, ...



Tätigkeitsbericht erstellen

Aufgabe:

1. **Überlege**, welche neuen Lerninhalte für dich heute besonders wichtig sind.
2. **Schreibe** den Tätigkeitsbericht in der Unterrichtseinheit.
3. **Lege** den Tätigkeitsbericht in bestimmten Zeitabständen deinen Eltern **zur Unterschrift** vor.

Tipps:



- Dieser Bericht ist ein Bestandteil deiner **Zeugnisnote**.
- Schreibe **sauber** und **leserlich**.
- **Formuliere ganze Sätze**.
Nicht: *Würfeln* ⇒ Sondern: *Zwiebel in Würfel schneiden*
- **Verwende Fachbegriffe**.
Nicht: *Banane zu Brei machen* ⇒ Sondern: *Banane pürieren*



Bewertungsbogen: Tätigkeitsbericht erstellen

Kriterien:	Bewertung:		
	✗ Kreuze an!		
	😊	😐	😞
• Thema + Rezeptname vorhanden?			
• Wesentliche Inhalte vorhanden?			
• Sätze klar formuliert?			
• Verwendung von Fachbegriffen?			
• Text ordentlich geschrieben?			
• Text ohne Rechtschreibfehler?			

Name: _____

Klasse: _____

Datum: _____

Fach: _____

Nr.: _____



Tätigkeitsbericht schreiben

Bericht

Thema: _____ Datum: _____

Gericht/e: _____

Ausgeübte Tätigkeiten:

- _____
- _____
- _____

Wie ging es mir in der heutigen Stunde?





Thema: _____ Datum: _____

Gericht/e: _____

Ausgeübte Tätigkeiten:

- _____
- _____
- _____

Wie ging es mir in der heutigen Stunde?





Thema: _____ Datum: _____

Gericht/e: _____

Ausgeübte Tätigkeiten:

- _____
- _____
- _____

Wie ging es mir in der heutigen Stunde?





_____ Datum

_____ Unterschrift Erziehungsberechtigter