

Garen in Topf und Pfanne

Inhalt:

- Arbeitsblatt: Garen in Topf und Pfanne
- Arbeitsblatt: Garen in Topf und Pfanne – Antwortkärtchen
- Lösungen

Vorbereitung: Kopieren der Arbeitsblätter

Durchführung:

Die Lehrkraft kann entscheiden, ob dieses Arbeitsblatt in einer Stunde oder im Rahmen einer längeren Einheit gefüllt werden soll.

Eine schnelle Bearbeitung in einer Stunde ist möglich, indem die Schüler die Kästchen mit den Erläuterungen aus der Kopiervorlage „Garen in Topf und Pfanne – Antwortkärtchen“ ausschneiden und aufkleben. Dies ist sowohl am Anfang als auch am Ende einer Einheit zu den Garverfahren sinnvoll.

Alternativ kann das Arbeitsblatt über mehrere Stunden ausgefüllt werden, indem man immer nur ein Garverfahren pro Stunde thematisiert, praktisch durchführt und die Schüler dementsprechend die Kästchen der Tabelle ausfüllen lässt.

Grundsätzlich bietet es sich an, zusätzlich mit den Schülern eine Tabelle zu erstellen, in der die bereits im Unterricht zubereiteten Gerichte entsprechend der jeweiligen Garverfahren einsortiert werden können.

Thematisch passende Rezepte *Rezepte aus dieser Reihe, die sich für die Praxisstunden anbieten:*

Kochen: Hühnerfrikassee, Kartoffelpüree (mit Fischstäbchen), mehrere Nudelgerichte

Dämpfen: Pellkartoffeln mit Tsatiki, Kartoffel-Gurken-Salat

Dünsten: (Kartoffelpuffer mit) Apfelmus S, Kohlrabigemüse mit Nürnberger Bratwürstchen,

Garziehen/Quellen: Grießflammeri mit Erdbeersoße, Gemüsesuppe mit Bratwurstklößchen, Couscous-Salat, Djuvec-Reis mit Hähnchen, Hack-Nudel-Eintopf, Risi e Bisi

Schmoren: Nudeln mit Hackfleischsauce, Gulasch mit Nudeln, Chinesische Hähnchenpfanne mit Cashew, Chili con Carne, Schmorkohl

Braten: (Kartoffelpüree mit) Fischstäbchen, Kartoffelpuffer (mit Apfelmus), Apfelringe in Pfannkuchenteig, Arme Ritter, Fischfilet Finkenwerder Art, Panierter Feta auf buntem Salat, Quarkfrikadellen

Garen in Topf und Pfanne

Name: _____

Datum: _____

Antwortkärtchen



Fleisch (Braten, Gulasch, Rouladen) und feste und gefüllte Gemüse (Kohlrouladen, gefüllte Paprikaschoten)	formempfindliche Lebensmittel oder Lebensmittel, die nur quellen müssen, wie Klöße, Teigwaren, Reis	farb- und nährstoffschonendes Garen im Wasserdampf, Dämpfeinsatz über kochendem Wasser	Röststoffbildung, Bräunung und Garen in reinem heißen Fett oder auch ohne Fett in beschichteter Pfanne
Schmoren	Kochen	Garverfahren	Braten
Garen in viel Flüssigkeit unter dem Siedepunkt	Gemüse, Obst, Fisch, zartes Fleisch	Garen in viel kochender Flüssigkeit	Gemüse, Fisch, Kartoffeln, Obst
Garziehen/Quellen	Dämpfen	Garverfahren	Dünsten
Fleischstücke zum Kurzbraten, Hackfleisch, Fisch, Eierspeisen, Kartoffeln, Gemüse	Kombination aus Röststoffbildung durch Anbraten und anschließendem Dünsten/ Kochen in wenig Flüssigkeit	nährstoffschonendes Garen im eigenen Saft für wasserhaltige Lebensmittel, Zugabe von sehr wenig Wasser/Fett	Brühen, Suppen, Soßen, Eintöpfe, Hülsenfrüchte, Getreide, Gemüse, Eier, Fleisch

VORBEREITUNG

