

# 5. Rezepte und Lebensmitteleinkauf



## LEHRERINFORMATION

### Lernziele

- ▶ Arbeitsanleitungen verstehen
- ▶ anhand der Rezeptanleitung die notwendigen Arbeitsmittel und -geräte bereitstellen
- ▶ Einkaufsliste unter Beachtung von Vorräten schreiben
- ▶ Rezepte folgerichtig ausführen

### Fachbegriffe

- Rezept (Wdh.)
- Einkaufsliste
- Schneidetechniken (Wdh.)

### Arbeitsmaterialien

Arbeitsgeschirr, Tafelgeschirr, Lebensmittel, Lebensmittelverpackungen, Messer, Schneebesen

### Lernmedien

- Arbeitsblatt mit Fallbeispiel und Leittext (S. 3)
- Methodenblatt „Einkaufsliste“ (S. 4)
- Arbeitsblatt „Eine Einkaufsliste erstellen“ (S. 5)
- Kochaufgabe mit Rezepttabelle „Bayerischer Wurstsalat“ (S. 7)
- Kochaufgabe mit Rezepttabelle „Obstsalat“ für Hausaufgabe (S. 10)

### Lernmethoden

#### Brainstorming



Rezepte heraussuchen, Einkaufsliste schreiben, Anzahl der Personen festlegen, Vorräte inspizieren

#### Anleitung lesen





## FALLBEISPIEL

Sandra und Melanie planen spontan ein kleines Treffen mit vier Freunden. Sie möchten ihnen eine Kleinigkeit zu essen anbieten. Damit es schnell geht, entscheiden sie sich für einen Wurstsalat. Gesagt – getan: Sie kaufen rasch gemeinsam ein und los geht's!

Während der Zubereitung merken die beiden, dass der Wurstsalat nie für sechs Personen reichen wird, kein Essig in der Küche ist und sie auch das Brot vergessen haben. Was haben Sandra und Melanie falsch gemacht?

## So kannst du vorgehen:

- 1. Suche das Rezept „Bayerischer Wurstsalat“.
- 2. Lies dir das Rezept sorgfältig durch.
- 3. Überprüfe dann, ob du alle Zutaten vorrätig sind.
- 4. Erstelle anhand des Rezeptes eine Einkaufsliste für die Zutaten, die noch fehlen.
- 5. Nimm dabei das Methoden- und das Arbeitsblatt (Anleitung + Vorlage) zu Hilfe.



Überlege:



Vergleiche deine Einkaufsliste mit den Vorräten.

Was musst du dabei beachten?



## LEHRERINFORMATION

## Eine Einkaufsliste erstellen – Musterlösung

## Das brauche ich für:

Bayerischen Wurstsalat

**Menge:**

300 g  
150 g  
1  
4  
2 EL  
5 EL  
1 EL

**Zutaten:**

Fleischwurst  
Emmentaler  
Zwiebel  
Essiggurken  
Essig  
Olivenöl  
Brühe  
Salz/Pfeffer

## Das ist vorhanden:

**Menge:**

1/2 Flasche  
200 ml  
1 Würfel

**Zutaten:**

Essig  
Olivenöl  
Brühe  
Salz/Pfeffer

## Das fehlt (= Einkaufsliste):

**Menge:**

300 g  
150 g  
1 Netz  
1 Glas

**Zutaten:**

Fleischwurst  
Emmentaler  
Zwiebel  
Essiggurken

## Beispieltabelle für den Vergleich „Selbstgemacht – Halbfertigprodukt“

	Selbstgemachter Wurstsalat	Wurstsalat mit Halbfertigprodukt
Zeitaufwand		
Arbeitsaufwand		
Preis		
Geschmack		
Aussehen		

## Blitzlicht



Beim Blitzlicht wird eine Frage, ein Thema oder ein Problem genannt. Dann sollen **alle** Schüler möglichst zügig ihre Gedanken und Ideen dazu äußern. Das Blitzlicht kann schnell und ohne Aufwand zu Beginn, während oder am Ende einer Lernphase eingesetzt werden.



- Sammeln von Vorwissen in kurzer Zeit
- motiviert auch stille Schüler zum Mitmachen
- hilfreich, um schnell neue Gedanken und kreative Lösungen zu finden



### So funktioniert's:

1. Jeder Teilnehmer äußert sich reihum zum Thema/Problem. Wichtig ist die Kürze: Maximal ein bis zwei Sätze!
2. Die Äußerungen der Mitschüler werden nicht kommentiert.
3. Die Aussagen von Vorrednern können wiederholt werden.



*Ein kleiner Gegenstand (z. B. Kochlöffel) kann als „Redestab“ weitergereicht werden. Derjenige, der gerade spricht, hält den Redestab in der Hand.*

*Die geäußerten Ideen sollten auf einem Notizzettel festgehalten werden.*

## Brainstorming



Beim Brainstorming (engl. „Ideenwirbel“) werden Ideen und Gedanken ohne festgelegte Reihenfolge geäußert und aufgeschrieben. Dadurch soll der Gedankenfluss angeregt werden.



- Produzieren von Ideen in kurzer Zeit
- Abfragen von Vorkenntnissen zu einem Thema
- Lösungssuche bei einem Problem oder Szenario



### So funktioniert's:

1. Das Thema/ Problem /Szenario wird an die Tafel (bei Gruppenarbeit auf Papier) geschrieben oder vorgelesen.
2. Jeder sagt, was ihm zu dem Thema / Problem /Szenario einfällt.
3. Äußerungen der Mitschüler werden nicht bewertet oder kritisiert!
4. Die gesammelten Ideen werden aufgeschrieben, besprochen und sortiert in Teilgebiete bzw. die Kategorien „geeignet“/ „weniger geeignet“.