

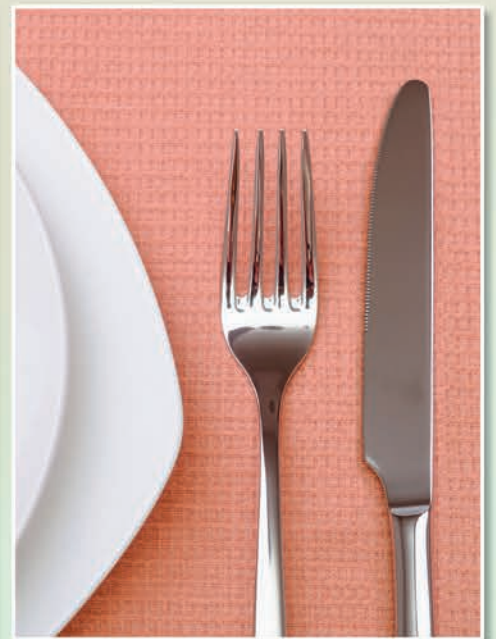
# Arbeitsblätter

Stephanie  
Rosentreter



NEUAUFLAGE

## Grundwissen Hauswirtschaft





# Arbeitsblätter

Stephanie  
Rosentreter



NEUAUFLAGE

## Grundwissen Hauswirtschaft

# Impressum

## Titel

**Arbeitsblätter Grundwissen Hauswirtschaft**

Neuaufgabe

## Autorin

Stephanie Rosentreter

## Umschlagmotive

Kochlöffel: © amphaiwan, Rührschüssel: © M3nizz, Einkaufskorb: © Atstock

Productions, Gedeck: © AlexeiLogvinovich, karierte Tischdecke: © Tatyana

Pushnaya – alle Shutterstock.com

überkochender Topf: © Eva Spanjard, Teller mit Serviette: © Astrid Wilkesmann

## Kapitel-Icons (im Inhaltsverzeichnis, Vorwort und auf den Lehrerseiten)

Rezeptseiten: lachender Kochlöffel © Astrid Wilkesmann, Kapitel 1: Küche © Jens Müller, Kapitel 2:

Putzeimer © Astrid Wilkesmann, Kapitel 3: Hände © Anja Boretzki, Kapitel 4: spülende Hände © Astrid

Willkesmann, Kapitel 5: Backofen © Astrid Willkesmann, Kapitel 6: Teller mit Serviette © Astrid Will-

kesmann, Kapitel 7: Schalter © Astrid Willkesmann, Kapitel 8: Messer © Astrid Willkesmann, Kapitel 9:

Warndreieck & Verbandskasten © Magnus Siemens, Kapitel 10: Schüssel auf Waage © Astrid Willkes-

mann, Kapitel 11: Einkaufswagen © Norbert Höveler, Kapitel 12: Kochmütze © VadR, Lösungen:

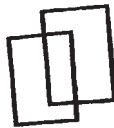
Ausrufezeichen © Magnus Siemens

## Illustrationen

wenn nicht anders angegeben © Verlag an der Ruhr

## Druck

AZ Druck und Datentechnik GmbH, Kempten, DE



**Verlag an der Ruhr**

Mülheim an der Ruhr

[www.verlagruhr.de](http://www.verlagruhr.de)

## Geeignet für die Klassen 5–7

### Urheberrechtlicher Hinweis

Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen oder außerhalb dieser Bedingungen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages. Im Werk vorhandene Kopiervorlagen dürfen vervielfältigt werden, allerdings nur für Schüler\*innen der eigenen Klasse/des eigenen Kurses. Die dazu notwendigen Informationen (Buchtitel, Verlag und Autorin) haben wir für Sie als Service bereits mit eingedruckt. Diese Angaben dürfen weder verändert noch entfernt werden. Die Weitergabe von Kopiervorlagen oder Kopien (auch von Ihnen veränderte) an Kolleg\*innen, Eltern oder Schüler\*innen anderer Klassen/Kurse ist nicht gestattet.

Der Verlag untersagt ausdrücklich das Herstellen von digitalen Kopien, das digitale Speichern und Zurverfügungstellen dieser Materialien in Netzwerken (das gilt auch für Intranets von Schulen und sonstigen Bildungseinrichtungen), per E-Mail, Internet oder sonstigen elektronischen Medien außerhalb der gesetzlichen Grenzen. Kein Verleih. Keine gewerbliche Nutzung.

**Bitte beachten Sie zusätzlich die Informationen unter [www.schulbuchkopie.de](http://www.schulbuchkopie.de).**

Soweit in diesem Produkt Personen fotografisch abgebildet sind und ihnen von der Redaktion fiktive Namen, Berufe, Dialoge u.Ä. zugeordnet oder diese Personen in bestimmte Kontexte gesetzt werden, dienen diese Zuordnungen und Darstellungen ausschließlich der Veranschaulichung und dem besseren Verständnis des Inhalts.

überarbeitete Neuaufgabe des Titels:

Arbeitsblätter Grundwissen Hauswirtschaft

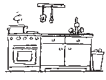
ISBN 978-3-8346-0235-0

© Verlag an der Ruhr 2021

ISBN 978-3-8346-4558-6

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort ..... 4



## Kapitel 1: Die Küche kennenlernen ..... 5

Meine Hauswirtschaftsmappe ..... 6  
Bewertung der Hauswirtschaftsmappe ..... 7  
Küchenrallye ..... 8  
Prickelnde Beerenschorle ..... 10



## Kapitel 2: Sauberkeit muss sein ..... 11

Guten Appetit!? ..... 12  
Hygiene, aber richtig! ..... 13  
Power-Türmchen ..... 14



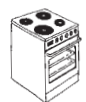
## Kapitel 3: Wir sind ein Team ..... 15

Ämterplan-Puzzle ..... 17  
Ämterplan ..... 19  
Ämterkarten für 3er-Gruppen ..... 20  
Ämterkarten für 4er-Gruppen ..... 21  
Ämterplan-Tabelle ..... 22  
Gefüllte Blätterteigtaschen ..... 23  
Meine Blätterteigtaschen ..... 24



## Kapitel 4: Abwaschen im Handumdrehen .. 25

Spültest ..... 26  
So kriegt ihr das Fett weg! ..... 27  
Spülen will gelernt sein! ..... 28  
Quarkspeise ..... 29  
Meine Quarkspeise ..... 30



## Kapitel 5: Das Glaskeramik-Kochfeld bedienen ..... 31

Die Kochfelder ..... 32  
Schalter am Glaskeramik-Kochfeld ..... 33  
Die richtige Topfwahl ..... 34  
Reinigung & Pflege des Herdes ..... 35  
Wissenstest: Das Glaskeramik-Kochfeld ..... 36  
Knackige Gemüsesuppe ..... 38



## Kapitel 6: Das Auge isst mit ..... 39

Einladung zum Essen ..... 41  
Tischsitten und Tischmanieren ..... 42  
Kennst du Besteck und Geschirr? ..... 43  
Grundregeln zum Tischdecken ..... 46  
So kannst du Servietten falten ..... 47  
Tischlein-deck-dich ..... 48  
Tischmanieren ..... 50  
Nudeln mit Lieblingssoßen ..... 52



## Kapitel 7: Speisen garen im Backofen ..... 53

Backofen-Quiz! ..... 54  
Der Backofen ..... 55  
Pizza-Toast ..... 57  
Mein Pizza-Toast ..... 58



## Kapitel 8: Richtiger Umgang mit Messern .. 59

Kleine Messerkunde ..... 60  
Messerarten und ihre Verwendung ..... 61  
Verschiedene Messer und Namen ..... 62  
Messer für den richtigen Zweck ..... 63  
Augen auf beim Messerkauf! ..... 64  
Mit Messern schneiden ..... 65  
Messer, aber richtig! ..... 66  
Obstsalat ..... 67  
Mein Obstsalat ..... 68



## Kapitel 9: Unfälle sind keine Zufälle ..... 69

Welche Unfallgefahren erkennst du? ..... 70  
Haushaltsgefahren ..... 71  
Gefahr erkannt – Gefahr gebannt! ..... 73  
Tomate-Mozzarella-Wraps ..... 74



## Kapitel 10: Auf die Menge kommt es an ... 75

Ein merkwürdiges Rezept ..... 76  
Große Mengen messen & wiegen ..... 77  
Kleine Mengen messen & wiegen ..... 78  
Womit messen und wiegen wir? ..... 79  
Muffins ..... 80



## Kapitel 11: Einkaufen – (k)ein Kinderspiel .. 81

Einkaufen ..... 82  
Einkaufen – (k)ein Kinderspiel ..... 83  
Trickkiste Supermarkt ..... 88  
Buntes Ofengemüse ..... 89  
Meine Ofengemüse ..... 90



## Kapitel 12: Die Lizenz zum Kochen! ..... 91

Die Lizenz zum Kochen! Bist du fit? ..... 92  
Meine Kochlizenz ..... 96  
Apfelpannkuchen ..... 97

Lösungen ..... 98

# Vorwort

## Liebe Kollegin, lieber Kollege,

einfach, schnell und lecker kochen ist im Trend. Online begeistern kurze Koch-Clips Millionen internationale Zuschauer\*innen<sup>1</sup>. Scheinbar mühelos gelingen ohne sichtbare Vorbereitungszeit fantastische Gerichte in wenigen Minuten. Schnell zusammengeschnitten, werden die wesentlichen Kochschritte und das Ergebnis präsentiert, das meist große Lust macht, selbst den Kochlöffel zu schwingen. Dass es zum Nachkochen aber wesentlich mehr braucht als das, was im Clip zu sehen ist, wissen die meisten Jugendlichen nicht.

**Grundkenntnisse im Kochen und Hauswirtschaften sind wichtig.** Das zeigen Umfragen und Studien, wie die „Consumers' Choice '17“, deren Ergebnissen zufolge die Küchen in Deutschland immer häufiger kalt bleiben. Nur noch jeder 4. Haushalt kocht täglich frisch. Diese Tendenz nimmt zusätzlich ab, je jünger die Umfrageteilnehmer\*innen sind.<sup>2</sup> Währenddessen boomt die Lieferservicenachfrage. Per App können vom Sofa aus bequem Pizza, Pasta oder Asiatisches nach Hause bestellt werden. So scheint es gar nicht mehr nötig oder erstrebenswert, küchenpraktische Fähigkeiten zu beherrschen. Daher ist es kein Wunder, dass hauswirtschaftliche Grundkenntnisse bei vielen Jugendlichen Mangelware sind. Sie haben Schwierigkeiten, ein Kochfeld zu bedienen, oder wissen nicht, wie man zeit- und energiesparend Nahrung zubereitet und den Haushalt führt.

**Hauswirtschaftsunterricht ist mehr als die Vermittlung von Spaß und Freude am Kochen.** Er bereitet auf ein selbstständiges Leben vor und schult ganz nebenbei wichtige soziale Kompetenzen, wie Teamfähigkeit, Flexibilität und Verantwortungsbewusstsein – Qualifikationen, die auch im Berufsleben oft gefordert werden.

Um einen an den Interessen von Jugendlichen orientierten und lebensnahen Unterricht zu verwirklichen, habe ich frühzeitig angefangen, eigene Materialien zu sammeln, zu strukturieren und immer wieder neu zu überarbeiten – zuletzt in

der Neuauflage dieses Bandes. Die „Arbeitsblätter Grundwissen Hauswirtschaft“ fungieren als **Einführungskurs in die Hauswirtschaft.**

Die 11 Lerneinheiten decken die wichtigsten Themenbereiche des Fachs ab, darunter z. B.:

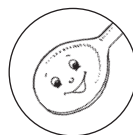


Die Küche kennenlernen



Abwaschen im Handumdrehen

Jede Lerneinheit ist für die Dauer von ca. 2 Unterrichtsstunden angelegt und kann dank der ausführlichen didaktisch-methodischen Vorschläge zu Vorbereitung und Durchführung problemlos umgesetzt werden. Die Lerneinheit selbst besteht aus kopierfähigen Folien, Arbeitsblättern und handlungsorientierten Spielvorlagen, mit denen sich die Jugendlichen die Grundlagen des Faches selbstständig und spielerisch erarbeiten können. Die Lösungen am Ende ermöglichen die Selbstkontrolle.



Am Ende jeder Lerneinheit finden Sie eine Rezept-Idee für die Nahrungszubereitung, mit der wichtige Kompetenzen geschult werden oder zuvor erworbenes Wissen vertieft und gefestigt wird. Bei einigen Rezept-Ideen gibt es zusätzlich eine Blanko-Rezeptvorlage, in die eigene Varianten eingetragen werden können. Die Rezepte in dieser Neuauflage sind rein vegetarisch. Mittlerweile hinterfragen immer mehr Menschen ihren Fleischkonsum und auch Jugendliche verzichten aus verschiedenen Gründen auf Fleisch und andere tierische Produkte. Deshalb liefert dieser Band Anleitungen für einfache und leckere fleischlose Gerichte! Diese lassen sich selbstverständlich nach Wunsch flexibel durch Fleisch ergänzen.



Den Abschluss des Kurses bildet das Erwerben der „Kochlizenz“, mit der die Jugendlichen ihre Hauswirtschaftskenntnisse überprüfen und unter Beweis stellen können.

Weiterhin viel Spaß beim Spielen, Lernen und Kochen wünscht

*Stephanie Rosentreter*

<sup>1</sup> Der Verlag an der Ruhr legt großen Wert auf eine geschlechtergerechte und inklusive Sprache. Daher nutzen wir das Gendersternchen, um sowohl männliche und weibliche als auch nichtbinäre Geschlechtsidentitäten einzuschließen. Alternativ verwenden wir neutrale Formulierungen.

<sup>2</sup> vgl.: Dierig, Carsten: „Aufwärmer‘ und ‚Snacker‘ drängen in die deutschen Küchen“. In: WELT.de (10.10.2017) [www.welt.de/print/die\_welt/wirtschaft/article169476514/Aufwaermer-und-Snacker-draengen-in-deutsche-Kuechen.html] (Zugriff: 08.01.2021).

# Die Küche kennenlernen

## Kapitel 1



### Lernziele

- ✂ Die Jugendlichen lernen die Küche und ihre Einrichtung kennen.
- ✂ Sie benennen die einzelnen Arbeitsgeräte und wissen, wo sich diese befinden.
- ✂ Sie legen eine Hauswirtschaftsmappe an, in der sie ihre Arbeitsergebnisse abheften können.
- ✂ Bei der Nahrungszubereitung stellen sie ein einfaches Mixgetränk her und machen sich dadurch mit der Kücheneinrichtung und den Geräten vertraut.

### Hinweise

#### Einstieg

Zunächst werden **organisatorische Dinge** für die folgenden Lerneinheiten des Hauswirtschaftskurses besprochen. Die Ergebnisse des Kurses sollen durch eine **Hauswirtschaftsmappe** dokumentiert werden, die die Jugendlichen selbstständig führen. Parallel lassen sich z. B. im Kunstunterricht schöne Deckblätter für die Mappe gestalten.

Teilen Sie dazu das **Inhaltsverzeichnis „Meine Hauswirtschaftsmappe“** aus und besprechen Sie es mit den Schüler\*innen: In die erste Spalte wird das Datum eingetragen, in die zweite Spalte das Thema des Arbeitsblattes oder der Lerneinheit und in die dritte Spalte die Seitenzahl. Erklären Sie Bewertungskriterien der Mappenführung, wie Vollständigkeit, Ordentlichkeit und Sauberkeit.

#### Erarbeitung

Anschließend können Sie das **Infoblatt „Bewertung der Hauswirtschaftsmappe“** verteilen und erläutern. So machen Sie den Jugendlichen die Bewertungskriterien transparent und erleichtern sich selbst später das Bewerten der Mappe.

#### Festigung & Vertiefung

Im Anschluss wird in Gruppenarbeit (bei entsprechenden Räumlichkeiten von den einzelnen Kochgruppen bzw. Kochkojen) die Küchenrallye durchgeführt. Als Grundlage dient das **Arbeitsblatt „Küchenrallye“**.

### Kopiervorlagen:

- Inhaltsverzeichnis:  
Meine Hauswirtschaftsmappe (S. 6)
- Infoblatt: Bewertung der  
Hauswirtschaftsmappe (S. 7)
- Arbeitsblatt: Küchenrallye (S. 8/9)
- Rezept-Idee: Prickelnde Beerenschorle  
(S. 10)



© ariadna de raadt – Shutterstock.com

Die Ergebnisse werden im **anschließenden Gespräch** verglichen, besprochen und gegebenenfalls verbessert. Eine Vertiefung des Gelernten erfolgt, indem die Schüler\*innen die Arbeitsgeräte aus Aufgabe 2 wieder am richtigen Platz in der Küche einsortieren.

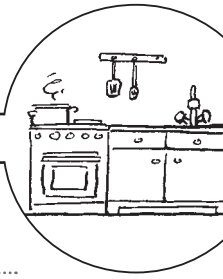
### Nahrungszubereitung

Die Jugendlichen bereiten das Rezept **„Prickelnde Beerenschorle“** zu. Bei der Rezeptwahl ist berücksichtigt worden, dass die Jugendlichen über **wenig küchentechnisches Fachwissen** verfügen. Mengenangaben sind bewusst in leicht abmessbaren Tassenmaßen angegeben.



# Bewertung der Hauswirtschaftsmappe

Die Küche kennenlernen



Name: ..... Klasse: ..... Datum: .....

| Die Mappe  | ja 😊 | nein ☹️ |
|--|------|---------|
| 1. ... hat ein vollständiges Inhaltsverzeichnis.               |      |         |
| 2. ... ist in der richtigen Reihenfolge abgeheftet.            |      |         |
| 3. ... hat fortlaufende Seitenzahlen.                          |      |         |
| 4. ... ist ordentlich und sauber (Schrift und Gesamteindruck). |      |         |
| 5. ... ist vollständig.  |      |         |

- Du hast deine Mappe sehr gut geführt! Klasse!
- Deine Mappe ist gut geführt!
- Deine Mappe ist schon recht gut. Es gibt aber noch Sachen, die du verbessern kannst.
- Du musst an deiner Mappe noch viele Sachen verbessern.
- Deine Mappe ist schlecht geführt. Du solltest dir unbedingt mehr Mühe geben!

## Begründung:

.....

.....

.....

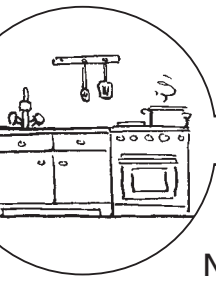
## So kannst du deine Mappe noch verbessern:

.....

.....

.....

Datum und Unterschrift der Fachlehrkraft: .....



# Küchenrallye (1/2)

Die Küche kennenlernen

Name: ..... Klasse: ..... Datum: .....

1. Küchen können unterschiedlich organisiert sein: Es gibt Küchen, die z. B. nur einen Herd und nur eine Spüle haben. Manche Küchen haben aber auch mehr als einen Herd und mehrere Spülen. Andere Küchen sind wiederum in Abteile unterteilt, die jedes wie eine eigene kleine Küche aussehen und vielleicht auch mit einer Farbe oder durch ein Symbol gekennzeichnet sind.



**Beschreibt in Stichpunkten euren Küchenraum: Was seht ihr für Einrichtungsgegenstände? Gibt es spezielle Kochnischen oder -kochen? Welche Farben oder Kennzeichen haben diese?**

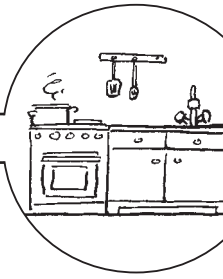
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

2. In unserer Küche gibt es verschiedene elektrische Geräte.



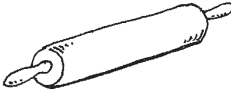
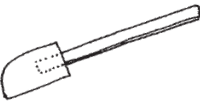
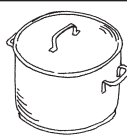
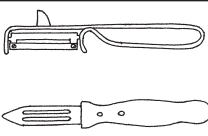
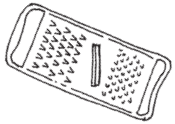

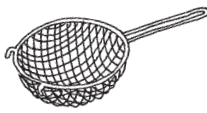






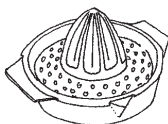

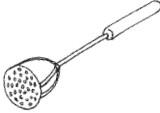
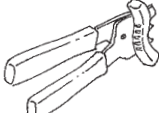



**Kreuzt an, welche in der Tabelle angegebenen Geräte vorhanden sind.**

| Elektrische Geräte |                          |                |                          |
|--------------------|--------------------------|----------------|--------------------------|
| Handrührgerät      | <input type="checkbox"/> | Kühlschrank    | <input type="checkbox"/> |
| Pürierstab         | <input type="checkbox"/> | Gefrierschrank | <input type="checkbox"/> |
| Toaster            | <input type="checkbox"/> | Spülmaschine   | <input type="checkbox"/> |
| Eierkocher         | <input type="checkbox"/> | Waschmaschine  | <input type="checkbox"/> |
| Mikrowelle         | <input type="checkbox"/> | Wäschetrockner | <input type="checkbox"/> |
| Herd               | <input type="checkbox"/> | Wasserkocher   | <input type="checkbox"/> |



3. Alle Arbeitsgeräte haben einen festen Platz in der Küche. Das richtige Einsortieren der Geräte wird häufig durch Inhaltsverzeichnisse in den Schubladen und Schränken erleichtert.

➔ Sucht nun in eurer Kochgruppe folgende Arbeitsgeräte und legt sie oben auf die Arbeitsplatte. Tragt die Namen der Arbeitsgeräte anschließend in die Tabelle ein.

| Arbeitsgerät   | Name | Arbeitsgerät  | Name |
|--|------|---|------|
| a)    |      | b)    |      |
| c)    |      | d)    |      |
| e)   |      | f)   |      |
| g)  |      | h)  |      |
| i)  |      | j)  |      |
| k)  |      | l)  |      |
| m)  |      | n)  |      |
| o)  |      | p)  |      |
| q)  |      | r)  |      |
| s)  |      | t)  |      |

# Prickelnde Beerenschorle

Rezept-Idee

## Zutaten (für 4 Personen)

2 Tassen Johannisbeersaft

4 Tassen Mineralwasser

4 Zitronenscheiben  
(von unbehandelten Früchten)

Papierstrohhalm

## Zubereitung

1. Die Zutaten in eine hohe Rührschüssel geben und mit einem Löffel vermischen. Die Mischung auf vier Gläser verteilen.
2. Die Gläser, mit Zitronenscheiben und Strohhalmen garniert, servieren.



© Elina Manninen – Shutterstock.com

Guten Appetit!

## Info: Die Zitrone

Rund 140 000 Tonnen Zitronen werden jährlich nach Deutschland geliefert – das entspricht in etwa dem Gewicht von 56 000 Elefanten. Die gelben Früchtchen kommen vor allem aus **Spanien, Italien und der Türkei** zu uns. Kein Wunder, dass die Zitrone so beliebt ist, denn sie ist **reich an Vitamin C** sowie einer Reihe weiterer Vitamine und Mineralstoffe. Das ist gut für die Abwehrkräfte, vor allem im Winter. Aber Vorsicht: Viele Bauern schützen ihre Zitronen vor Schädlingen und Schimmelpilzen, indem sie sie mit chemischen Mitteln behandeln. Dadurch wird die Schale allerdings für den Menschen ungenießbar. Es ist deshalb ratsam, immer **unbehandelte Zitronen** mit einem **Bio-Siegel** zu kaufen.



© Tim UR – stock.adobe.com



### Lernziele

- ✂ Die Jugendlichen benennen verschiedene Hygienemaßnahmen, die bei der Nahrungszubereitung zu beachten sind.
- ✂ Sie arbeiten während der Nahrungszubereitung selbst hygienisch.

### Hinweise

#### Einstieg

Kopieren Sie zum Einstieg das **Arbeitsblatt „Guten Appetit!?“** auf Folie und lassen Sie das Fallbeispiel laut vorlesen. Decken Sie dabei die Aufgabe unter dem Text ab, um den Schüler\*innen die Lösung nicht vorwegzunehmen. Die Schlussaussage des Textes „... mir ist der Appetit vergangen!“ kann als Impuls für eine kurze Diskussion genutzt werden.

#### Erarbeitung & Festigung

In der Erarbeitung teilen Sie das **Arbeitsblatt „Guten Appetit!?“** aus. Die Jugendlichen sollen die Stellen im Text markieren, an denen nicht hygienisch gearbeitet wurde. Anschließend werden in dem Suchsel auf dem **Arbeitsblatt „Hygiene, aber richtig!“** konkrete Hygienemaßnahmen gefunden und schriftlich gesichert. Die Erarbeitung kann in Partnerarbeit erfolgen. Im anschließenden, gemeinsamen Gespräch werden die Ergebnisse gesichert.

#### Nahrungszubereitung

Die Jugendlichen bereiten das Rezept **„Power-Türmchen“** zu. Dieses Rezept gelingt **ohne küchentechnische Vorkenntnisse**. Bei der Zubereitung wird besonderer Wert auf **die Einhaltung der hygienischen Maßnahmen** gelegt, sodass die Jugendlichen das in der Unterrichtsstunde erworbene Wissen praktisch anwenden. Lassen Sie zur Sicherung im gemeinsamen Gespräch erzählen, welche Maßnahmen den Jugendlichen leichtgefallen sind und mit welchen Maßnahmen sie sich eher schwergetan haben.

### Kopiervorlagen:

Arbeitsblatt: Guten Appetit!? (S. 12)

Arbeitsblatt: Hygiene, aber richtig! (S. 13)

Rezept-Idee: Power-Türmchen (S. 14)



© Thiago Santos - Shutterstock.com

# Guten Appetit!?

Sauberkeit muss sein

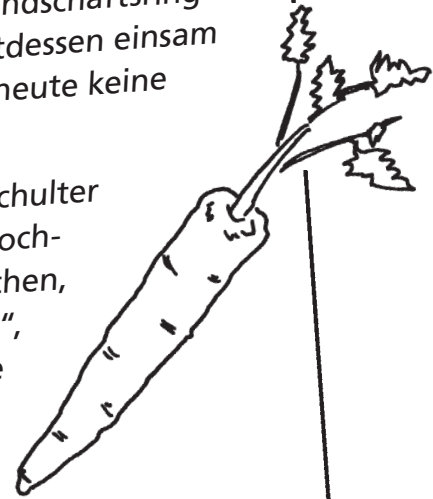


Marina kommt heute zu spät zum Hauswirtschaftskurs. Sie murmelt eine Entschuldigung und nimmt dankend das Rezeptblatt „Power-Türmchen“ entgegen.

„Mmmh, lecker“, denkt Marina und trägt das Rezept schnell in das Inhaltsverzeichnis ihrer Mappe ein. Dann sucht sie in ihrer Schultasche vergeblich nach ihrer Schürze, aber sie hat sie wohl zu Hause vergessen. Wenigstens trägt sie den Freundschaftsring ihrer besten Freundin Venja. Deren Ring liegt stattdessen einsam und verlassen auf der Arbeitsplatte. Sie hat wohl heute keine Lust, ihn zu tragen.

Marina wirft ihre langen Haare zurück über die Schulter und stürmt am Handwaschbecken vorbei in die Kochkoje ihrer Gruppe. „Wir können dich gut gebrauchen, denn die anderen Gruppen sind schon fast fertig“, ruft Frank, der, wie Venja, in Marinas Kochgruppe ist. „Du kannst die Möhre reiben“, erklärt Venja. Das lässt sich Marina nicht 2-mal sagen, ruckzuck hat sie eine Reibe geholt. „Hatschi“, niest Marina und wischt sich 2-mal die Nase. Schon ist die Möhre von Marina zerkleinert. Die Reibe stellt sie schnell wieder zurück an ihren Platz in den Küchenschrank. Dabei fällt ihr langes Haar über die Schulter und bleibt kurz an der Reibe hängen. Aber Marina kann es befreien und läuft schnell zu den anderen zurück.

Bevor Frank den Frischkäse auf die Toasts streichen kann, taucht Marina ihren Finger in den Käse ein und leckt ihn ab. „Mmmh, lecker“, ruft sie. „Finde ich gar nicht“, sagt da ausgerechnet ihre Freundin Venja, „mir ist der Appetit vergangen!“



➔ **Unterstreiche im Text die Stellen, an denen Marina nicht hygienisch arbeitet.**

# Hygiene, aber richtig!

Sauberkeit muss sein



|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| S | D | H | Ä | N | D | E | R | W | A | S | C | H | E | N | T | Y | T | I | P |
| N | C | B | O | U | B | N | S | B | O | P | Z | O | A | B | S | C | A | I | R |
| E | O | H | R | S | L | B | T | O | Ä | B | T | B | Y | T | R | O | S | E | O |
| L | G | S | Ü | B | A | A | P | I | Q | K | P | I | R | U | S | I | C | C | B |
| Ü | H | Z | E | R | Ü | C | B | X | P | P | L | X | C | S | E | L | H | E | I |
| P | H | U | Ü | S | Z | U | A | Y | L | F | O | N | T | O | Y | B | E | B | E |
| S | P | P | Ä | S | Z | E | E | X | P | P | Ä | S | N | Ä | U | Z | N | L | R |
| L | S | C | H | M | U | C | K | P | A | B | L | E | G | E | N | O | T | E | L |
| E | U | L | E | C | R | Z | O | T | Z | C | I | A | N | B | X | G | U | C | Ö |
| T | E | E | L | R | S | Z | Z | O | R | P | O | R | A | S | K | H | C | F | F |
| Ä | C | E | N | T | I | O | U | Ä | Z | A | A | A | Ä | Z | D | P | H | I | F |
| R | U | Y | E | L | K | D | F | S | X | M | G | D | R | G | X | B | U | O | E |
| E | N | I | C | N | T | D | L | K | Ä | X | X | E | C | L | E | K | B | U | L |
| G | X | E | N | Y | E | S | P | O | L | Y | N | I | N | L | B | P | E | X | U |
| S | B | O | Q | R | S | U | E | Ü | F | M | O | D | N | P | Ä | D | N | E | B |
| T | U | E | K | B | T | D | I | Ä | O | N | O | I | U | B | I | B | U | L | E |
| I | L | N | O | P | N | I | R | C | P | R | T | X | N | G | B | Z | T | O | N |
| E | N | P | Z | D | Ä | C | Q | O | A | E | D | Y | D | B | E | B | Z | E | U |
| B | D | L | B | F | E | Ä | Ä | R | O | B | N | Ü | P | N | B | E | E | B | T |
| R | K | B | L | B | C | P | B | R | A | K | B | T | E | O | E | O | N | E | Z |
| A | B | F | B | D | B | A | L | Y | B | Z | Q | B | P | L | Ä | Ü | B | C | E |
| E | B | N | D | Y | X | B | B | N | C | D | B | O | B | X | B | T | B | N | N |
| H | A | A | R | E | D | Z | U | S | A | M | M | E | N | B | I | N | D | E | N |

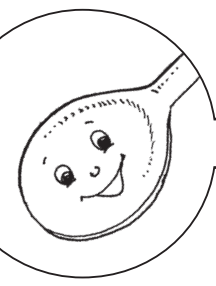


In dem Kasten haben sich Hygienemaßnahmen für Marina versteckt.

Sucht diese, markiert sie und schreibt sie auf!

Achtung: Jede Hygienemaßnahme besteht aus zwei Wörtern.





# Power-Türmchen

Rezept-Idee

## Zutaten (für 4 Personen)

- 8 Scheiben Dreikorntoast
- 1 kleines Päckchen Frischkäse (200 g)
- 2 Teelöffel gemischte Kräuter (tiefgekühlt)
- 1 Möhre
- 2 Eisbergsalatblätter
- 8 Zahnstocher



© sebastianosecondi - Shutterstock.com

## Zubereitung

1. Die Toastscheiben auf ein Brettchen legen und mit einem Messer die Brotrinde abschneiden.
2. Mit der Hälfte des Frischkäses alle Toastscheiben dünn bestreichen. Die andere Hälfte des Frischkäses mit den Kräutern verrühren.
3. Möhre waschen und mit der Reibe in feine Streifen hobeln. Zwei Toasts mit der gehobelten Möhre belegen, jetzt zwei Toasts mit der Frischkäsesseite darauflegen.
4. Salat waschen, trocken tupfen und auf zwei der übrigen Toasts legen; die restlichen zwei Toasts darüberklappen.
5. Zwei dieser Doppeldecker dick mit Kräuterquark bestreichen. Die anderen Doppeldecker darauflegen.
6. Nun die Power-Türmchen jeweils vierteln, sodass acht Türmchen entstehen. In jedes Türmchen einen Zahnstocher stecken.



© VanoVasaio - Shutterstock.com

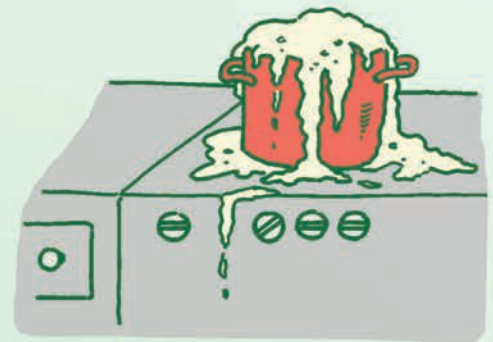
Guten Appetit!

© Verlag an der Ruhr | Stephanie Rosentreter | www.verlagruhr.de | Kapitel-Icon: © Astrid Wilkesmann

# Kochen liegt voll im Trend!









Hauswirtschaft hat aber für viele Jugendliche ein verstaubtes Image. Deshalb sind **grundlegende Kenntnisse** Mangelware.



Mit diesem kompletten Einführungskurs lernen Jugendliche die wichtigsten **Basics** des Küchen-Einmaleins ...




-  dass Sauberkeit das A&O ist,
-  wie man das Glaskeramik-Kochfeld bedient,
-  dass viele Köche nicht immer den Brei verderben,
-  wie der Abwasch sein Fett wegbekommt,
-  dass das Auge immer mitisst,
-  wie man beim Einkaufen den Überblick behält ...

... und erwerben zum Abschluss ihre eigene **Lizenz zum Kochen**.

**Mit didaktischen Hinweisen, Folienvorlagen, Arbeitsblättern, Spielvorlagen und vegetarischen Rezept-Ideen.**



www.verlagruhr.de

 **Verlag an der Ruhr**