

Vorwort	4	Gemüsebrühe	53
		Gemüsesuppe mit Bratwurstklößchen	55
		Geschnetzeltes mit Champignons	57
1. Theoretisches Hintergrundwissen		Grießflammeri mit Erdbeersoße	59
<i>Unterrichtshinweise</i>		Gulasch mit Nudeln	61
1 Stationsarbeit: Das elektrische Kochfeld ..	5	Hack-Nudel-Eintopf	63
2 Der Dampfdrucktopf	7	Helgoländer Tomatensuppe	65
3 Garen in Topf und Pfanne	7	Hühnerfrikassee	67
4 Die Arbeitsabläufe	8	Italienischer Tomatenfisch mit Polenta	69
5 Maßeinheiten kurz und knapp	10	Italienische Tomatensuppe	71
		Kartoffel-Gurken-Salat	73
<i>Schülermaterial</i>		Kartoffelpuffer mit Apfelmus	75
1 Stationsarbeit: Das elektrische Kochfeld ..	12	Kartoffelpüree mit Fischstäbchen	77
2 Der Dampfdrucktopf	17	Kartoffelsuppe mit bunten Einlagen	79
3 Garen in Topf und Pfanne	20	Kohlrabigemüse mit Nürnberger	
4 Die Arbeitsabläufe richtig planen	22	Rostbratwürstchen	81
5 Maßeinheiten kurz und knapp	24	Mie-Nudel-Pfanne mit Tofu	83
		Nudeln mit Hackfleischsoße	85
Lösungen zu den Arbeitsblättern	25	Nudeln mit Tomaten-Thunfisch-Soße	87
		Panierter Feta auf buntem Salat	88
		Pellkartoffeln aus dem Dampfdrucktopf	
2. Rezepte mit Unterrichtshinweisen		mit Tsatsiki	91
Erläuterungen zum Rezeptteil	32	Porree-Hack-Suppe	93
Alles Banane – Bananen-Mini-Pfannkuchen,		Quarkfrikadellen mit Tomaten-	
Bananenquark, Bananeneis	33	Bohnen-Salsa	95
Apfelringe in Pfannkuchenteig	35	Risi e Bisi	97
Arme Ritter	37	Schmorkohl	99
Chili con Carne	39	Schoko-Kokos-Creme	101
Chinesische Hähnchenpfanne mit Cashew ..	41	Selbstgemachte Nudeln mit Tomaten-	
Couscous-Salat	43	Mozzarella-Soße	103
Curry-Rahm-Suppe	45	Schwarzwaldbecher	105
Djuvec-Reis mit Hähnchen	47	Tortellini mit Schinken-Sahne-Soße	107
Fischfilet Finkenwerder Art	49	Weizenpfanne mit Frischkäse	109
Gefülltes Omelett	51	Wurst-Kartoffel-Pfanne mit Apfel	111