

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b> .....	4
<b>Kapitel 1:</b> <b>Arbeitsplatzgestaltung</b> .....	5
Meine Hauswirtschaftsmappe .....	6
Bewertung der Hauswirtschaftsmappe.....	7
Arbeitsorganisation in der Schulküche .....	8
Rohkoststeller mit Quarkdip .....	11
Gemischter Salat mit Joghurtdressing.....	12
<b>Kapitel 2:</b> <b>Schau aufs Etikett</b> .....	13
Etikett – Visitenkarte der Verpackung.....	14
Bohnensalat mit Käse .....	16
<b>Kapitel 3:</b> <b>Ausgewogene Ernährung</b> .....	17
„Was soll ich bloß essen?“.....	18
Die Ernährungspyramide.....	19
Zuordnung der Lebensmittelgruppen ( <i>Gruppe 1</i> ) .....	20
Rezept-Analyse ( <i>Gruppe 2</i> ) .....	21
Ernährungsempfehlungen ( <i>Gruppe 3</i> ) .....	22
Welche Lebensmittel wählst du aus?.....	23
Shakshuka .....	24
<b>Kapitel 4:</b> <b>Fit mit Gemüse</b> .....	25
Mehr Bock auf Frisches!.....	26
Informationskarten .....	28
Ratatouille .....	32
<b>Kapitel 5:</b> <b>Eiweiß steckt nicht nur im Ei</b> .....	33
Die Bedeutung von Eiweiß ( <i>Gruppe 1</i> ) .....	34
Eiweiß: Bedarf und Wertigkeit ( <i>Gruppe 2</i> ) .....	35
Die tägliche Eiweißzufuhr ( <i>Gruppe 3</i> ).....	36
Eiweiß – Kennst du dich aus? .....	37
Kartoffelgratin .....	40
<b>Kapitel 6:</b> <b>Das Handrührgerät</b> .....	41
Wie bediene ich das Handrührgerät? .....	42
Wissenstest: Das Handrührgerät .....	44
Joghurt-Sahne-Dessert mit Kirschen .....	46
<b>Kapitel 7:</b> <b>Teig ist nicht gleich Teig</b> .....	47
Grundrezepte .....	49
Backen macht Spaß!.....	50
Steckspiel: Backformen .....	53
Rezept-Domino: Rührteig .....	55
Rezept-Domino: Quark-Öl-Teig .....	56
Rezept-Domino: Mürbe- oder Knetteig .....	57
Rezept-Domino: Hefeteig .....	58
Rezept-Domino ( <i>Rückseite</i> ). ....	59
Informationskarten .....	60
Rührteig .....	62
<b>Kapitel 8:</b> <b>Gartechnik Braten</b> .....	67
Merkmale der Gartechnik Braten ( <i>Gruppe 1</i> ).....	68
Tipps zum Braten ( <i>Gruppe 2</i> ) .....	69
Verschiedene Bratpfannenmodelle ( <i>Gruppe 3</i> ) .....	70
Folie: Bratpfannenmodelle ( <i>Gruppe 3</i> ) .....	71
Fett ist nicht gleich Fett ( <i>Gruppe 4</i> ).....	72
Die Gartechnik Braten sicher anwenden.....	73
Zucchinifrittata .....	76
<b>Kapitel 9:</b> <b>Der Dampfdrucktopf</b> .....	77
Teile des Dampfdrucktopfes ( <i>Gruppe 1</i> ) .....	78
Der Dampfdrucktopf ( <i>Gruppe 1</i> ) .....	79
Befüllen und Schließen des Topfes ( <i>Gruppe 2</i> ) .....	80
Druckanzeige und Garzeiten ( <i>Gruppe 3</i> ).....	81
Öffnen des Dampfdrucktopfes ( <i>Gruppe 4</i> ).....	82
Kennst du den Dampfdrucktopf?.....	83
Kartoffel-Mais-Chowder im Dampfdrucktopf .....	85
Serbische Bohnensuppe im Dampfdrucktopf.....	86
<b>Kapitel 10:</b> <b>Verschiedene Gartechniken</b> .....	87
Kartenspiel: Gartechniken.....	89
Gartechniken: Wer weiß Bescheid? .....	99
Welche Gartechnik wenden wir heute an? .....	101
Milchreis .....	102
Apfelkompott und roter Beerentraum .....	103
Meine Nachspeise .....	104
<b>Kapitel 11:</b> <b>Abfall geht uns alle an</b> .....	105
Müll sortieren – aber richtig! ( <i>Spielfeld</i> ) .....	106
Müll sortieren – aber richtig! .....	107
Weg mit dem Müll! .....	111
Reispfanne .....	112
Asia-Nudeln .....	113
Meine Gemüsepfanne .....	114
<b>Kapitel 12:</b> <b>Wer kocht, muss auch putzen</b> .....	115
Kennst du dich im Putzschrank aus? .....	116
Welche Reinigungsmittel wählst du? .....	120
Gnocchiauflauf. ....	122
<b>Kapitel 13:</b> <b>Bist du ein Küchenprofi?</b> .....	123
Küchenprofi? – Teste dein Wissen! .....	124
Urkunde .....	129
Profibescheinigung .....	129
Gemüsespieße mit Halloumi .....	130
<b>Lösungen</b> .....	131