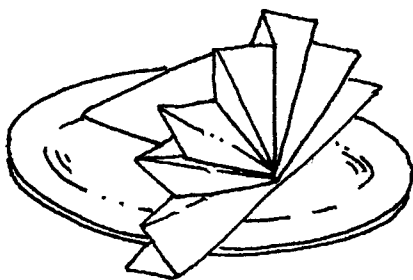


Vorwort.....	6
1. Die Küche kennenlernen	7
Meine Hauswirtschaftsmappe	8
Bewertung der Hauswirtschaftsmappe	9
Küchenrallye	10
Rezept-Idee: Prickelnde Beerenschorle.....	12
2. Sauberkeit muss sein	13
Guten Appetit!?	14
Hygiene, aber richtig!	15
Rezept-Idee: Power-Türmchen	16
3. Wir sind ein Team.....	17
Ämterplan-Puzzle.....	19
Ämterplan.....	21
Ämterkarten für 3er-Gruppen.....	22
Ämterkarten für 4er-Gruppen.....	23
Ämterplantabelle	24
Rezept-Idee: Gefüllte Blätterteigtaschen	25
Meine Rezept-Idee:	
Meine Blätterteigtaschen	26
4. Abwaschen im Handumdrehen.....	27
Spültest	28
So kriegt ihr das Fett weg!	29
Spülen will gelernt sein!	30
Rezept-Idee: Quarkspeise	31
Meine Rezept-Idee: Meine Quarkspeise	32
5. Den Elektroherd bedienen	33
Kochplatten (Gruppe 1)	34
Schalter am Elektroherd (Gruppe 2)	35
Die richtige Topfwahl (Gruppe 3).....	36
Reinigung & Pflege des Herdes (Gruppe 4)	37
Wissenstest Elektroherd.....	38
Rezept-Idee: Nudelsalat.....	40
6. Das Auge isst mit	41
Einladung zum Essen	43
Tischsitten und Tischmanieren.....	44
Kennst du Besteck und Geschirr?	
(Station 1)	45
Grundregeln zum Tischdecken	
(Station 2)	48
So kannst du Servietten falten	
(Station 3)	49
Tischlein-deck-dich (Station 4).....	50
Tischmanieren (Station 5)	52
Rezept-Idee: Nudeltopf	54
7. Speisen garen im Backofen	55
Backofen-Quiz!.....	56
Der Backofen	57
Rezept-Idee: Toast Hawaii	59
Meine Rezept-Idee: Mein Toast Hawaii	60

8. Richtiger Umgang mit Messern	61
Kleine Messerkunde.....	62
Messerarten und ihre Verwendung	63
Verschiedene Messer und Namen (Gruppe 1).....	64
Messer für den richtigen Zweck (Gruppe 2) ...	65
Augen auf beim Messerkauf! (Gruppe 3)	66
Mit Messern schneiden (Gruppe 4)	67
Messer, aber richtig!.....	68
Rezept-Idee: Obstsalat	69
Meine Rezept-Idee: Mein Obstsalat.....	70
9. Unfälle sind keine Zufälle.....	71
Welche Unfallgefahren erkennst du?	72
Haushaltsgefahren	73
Gefahr erkannt – Gefahr gebannt!	75
Rezept-Idee: Gerollter Käse-Schinken-Snack..	76
10. Auf die Menge kommt es an.....	77
Ein merkwürdiges Rezept.....	78
Große Mengen messen & wiegen	79
Kleine Mengen messen & wiegen.....	80
Womit messen und wiegen wir?	81
Rezept-Idee: Muffins.....	82
11. Einkaufen – (k)ein Kinderspiel	83
Einkaufen.....	84
Trickkiste Supermarkt	90
Rezept-Idee: Partybrötchen.....	91
Meine Rezept-Idee: Meine Partybrötchen.....	92
12. Die Lizenz zum Kochen!	93
Die Lizenz zum Kochen! Bist du fit?	94
Meine Kochlizenz.....	98
Rezept-Idee: Apfelpfannkuchen	99



Lösungen	100
Literatur- und Linktipps.....	104