

1 Vorüberlegungen

Im Fach Hauswirtschaft steht neben dem Planen und Organisieren vor allem das Zubereiten von Speisen im Mittelpunkt, wobei grundlegende Kenntnisse der Ernährungslehre durchdrungen und erlernt werden sollen.

Damit Schüler* selbständig gesunde Speisen zubereiten können, müssen wesentliche Fertigkeiten, wie z.B. verschiedene Schneidetechniken, erlernt werden.

Diese sogenannten Basistechniken können an Hand einfacher Rezepte eingeschult werden, damit der Schüler diese erlernt, einübt und auf weitere Gerichte übertragen kann.

Das Einschulen, aber auch die immer wiederkehrende Sicherung dieser fundamentalen Techniken sind von großer Bedeutung. Mithilfe der Bildkarteien und dem dazugehörigen Begleitheft können Sie Ihren Schülern zusätzlich zum Realmedium (Lebensmittel, Arbeitsmittel) die Techniken schüler- und sachgemäß veranschaulichen. Die einzelnen Arbeitsschritte werden auf Fotos visualisiert. Somit können Sie die Tätigkeiten in kleinen Schritten einführen und die Schüler bei der selbstständigen praktischen Umsetzung optimal unterstützen.

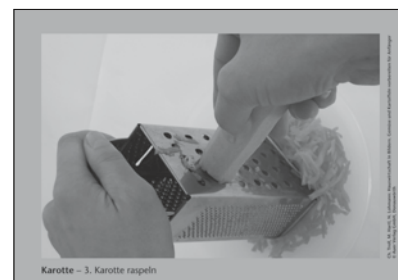
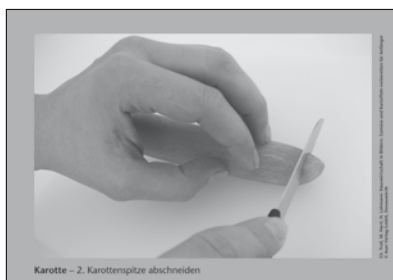
Aufbau der Bildkartei „Gemüse und Kartoffeln vorbereiten für Anfänger“

Die Bildkartei „Gemüse und Kartoffeln vorbereiten für Anfänger“ besteht aus 42 Karten, die die Verarbeitung der acht Gemüsearten (Zwiebel, Lauch, Kopfsalat, Kartoffel, Karotte, Gurke, Paprika, Tomate) vorstellen.

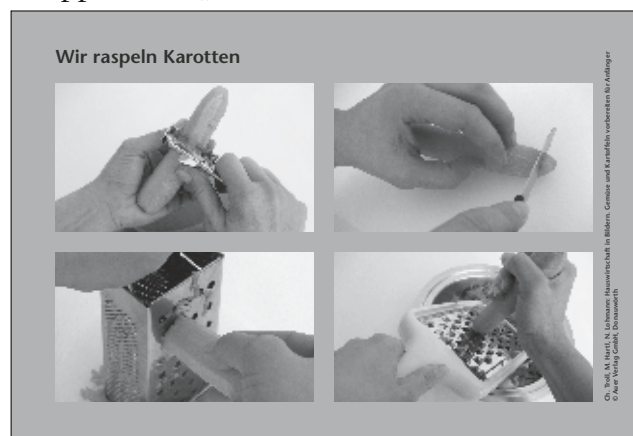
Zu jeder Gemüseart gibt es Karten mit Fotografien der einzelnen Arbeitsschritte, sowie eine doppelseitig bedruckte Gruppenkarte. Zur leichteren Sortierung sind die Karten zu einem Thema immer mit derselben Farbe hinterlegt.

Beispiel „Raspeln der Karotte“

Fotokarten mit den einzelnen Arbeitsschritten



Gruppenkarte „Karotte“



Die Vorderseite der Gruppenkarte zeigt die einzelnen Arbeitsschritte im Überblick.

Auf der Rückseite wird das Gemüse hinsichtlich Saison, Merkgeregeln zur Verarbeitung, wesentlichen Inhaltsstoffe und typischer Verwendung in der Küche beschrieben.

* Aufgrund der besseren Lesbarkeit werden in diesem Buch ausschließlich die männlichen Formen verwendet. Wenn von Schüler gesprochen wird, ist immer auch die Schülerin gemeint, ebenso verhält es sich mit Lehrer und Lehrerin.

Die einzelnen Punkte auf der Rückseite der Gruppenkarte sind mit Symbolen versehen:



Allgemeine Informationen z. B. über botanische Klassifizierung, Anbaubereiche, Produkte usw.



Typische Inhaltsstoffe, die in dem Gemüse oder den Kartoffeln vorkommen



Saisonkalender (heimischer Anbau) für das jeweilige Gemüse oder Kartoffeln



Praktische Tipps zur Lagerung und Verarbeitung



Typische Verwendung des Gemüses bzw. der Kartoffel, Rezepte

Begleitheft mit Kopiervorlagen

Das Begleitheft beinhaltet zu jedem Gemüse verschiedene Arbeitsblätter als Kopiervorlagen zu Arbeitstechniken und Rezepten, Differenzierungsmaterial, sowie einen Saisonkalender (heimischer Anbau).

Sie finden im Begleitheft außerdem sämtliche Arbeitsschritte der Bildkarten als Wortkarten, z. B. Zwiebel schälen, Zwiebel halbieren, die Sie vergrößert und parallel zu den jeweiligen Bildkarten einsetzen können. Die Wortkarten können zum einen zur Begriffsbildung als auch zur Sicherung des Gelernten an der Tafel verwendet werden.

Alle Arbeitsblätter beinhalten neben der Arbeitsanweisung sogenannte Textbausteine, z. B. Verwende den Tunnelgriff!. Hiermit können die

Schüler den Text oder die Merkgeregeln ergänzen. So können die Arbeitsblätter in verschiedenen Schularten und Leistungsstufen eingesetzt werden: Bei leistungsstarken Schülern können Sie die Textbausteine einfach ausschneiden oder beim Kopieren abdecken.

Zu jedem Gemüse-Baustein gibt es ein Arbeitsblatt „Teste dein Wissen!“, das bei jedem Gemüse anders konzipiert ist, z. B. durch Ankreuzfragen, Rätsel usw.

Für alle Arbeitsblätter „Teste dein Wissen!“ finden Sie ab S.31 die Lösungen. Die Lösungen können zur Kontrolle im Klassenverband oder zur Selbstkontrolle der Schüler verwendet werden.

Einsatzmöglichkeiten der Bildkartei im Unterricht

Erarbeiten von Arbeitstechniken

- *Gruppenkarte Vorderseite*
(Einzelarbeit/Partnerarbeit/Gruppenarbeit)
Anhand der Gruppenkarte können die Schüler durch genaues Betrachten der Fotos die einzelnen Arbeitsschritte nachmachen und erlernen.
- *Gruppenkarte Rückseite*
(Einzelarbeit/Partnerarbeit/Gruppenarbeit)
Anhand der Rückseite können die Schüler wichtiges zusätzliches Wissen zum jeweiligen Gemüse erwerben.

Sicherung

- *Unmittelbar nach dem Erlernen der Arbeitstechnik*
Die einzelnen Bildkarten können nach der Demonstration des jeweiligen Arbeitsvorgangs von den Schülern genau betrachtet und in die richtige Reihenfolge sortiert werden. Die Bildkarteien eignen sich außerdem hervorragend zur Sicherung des Gelernten an der Tafel. So kann der Schüler sie in der Schülerpraxis immer betrachten. Zusätzlich können die Wortkarten auch vergrößert und ebenfalls an die Tafel gehängt werden.
- *Auffrischen der Schneidetechnik*
Wurde eine Arbeitstechnik eingeschult und ist diese in folgenden Unterrichtseinheiten bei

den Schülern nicht mehr ganz verfügbar, so kann zur Auffrischung die Gruppenkarte oder auch die Fotokarten herangezogen werden.

Veranschaulichung

Die Bildkarten zeigen jeden einzelnen Arbeitsschritt des Vorbereitens und Schneidens des jeweiligen Gemüses. Der Schüler kann anhand der Fotos die wesentlichen Teile der Arbeit erkennen und auf seine Arbeit übertragen. Es sind nur die wichtigsten Merkmale abgebildet, sodass der Schüler nicht verwirrt wird.

Differenzierung

Wie beim Auffrischen der Schneidetechnik schon erwähnt, können mithilfe der Gruppenkarten die Schneidetechniken einzelner Gemüsesorten wiederholt werden. Diese Wiederholung können Sie auch nur mit einzelnen Schülern durchführen, bei denen Bedarf besteht.

Leistungsstarke Schüler können sich mit der Gruppenkarte neues Wissen aneignen oder auch schon im Vorfeld neue Schneidetechniken erlernen, die sie dann im Plenum der Gruppe vorstellen. Weisen Sie vorher aber unbedingt auf mögliche Unfallgefahren hin!

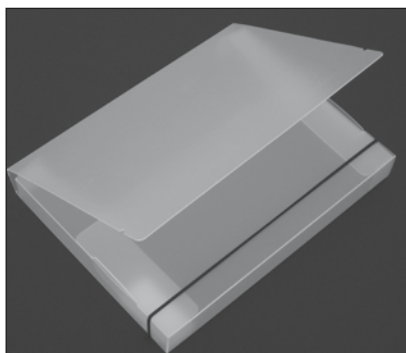
Aufbewahrung der Fotokarten

Zur längeren Haltbarkeit sind die Fotokarten auf beschichtetem Papier gedruckt, welches abwaschbar und wasserabweisend ist. Daher ist ein Einsatz bei praktischen Vorarbeiten und an der Tafel ohne Probleme möglich. Es empfiehlt sich, die Bildkartei „Gemüse und Kartoffeln vorbereiten für Anfänger“ in einer stabilen Box für DIN-A5-Karten aufzubewahren, damit keine Karten verloren gehen oder beschädigt werden.

Wenn Sie sich weitere Bildkarteien aus der Reihe „Hauswirtschaft in Bildern“ anschaffen, können Sie alle Fotokarten gemeinsam in einem Karteikasten aufbewahren.

Kästen für Karten der Größe DIN A5 sind in verschiedenen Ausführungen erhältlich, z.B. aus Kunststoff oder Holz.

Je nach Ausführungen sind die Kästen/Hüllen im Preis sehr unterschiedlich. Hier einige Beispiele:



Heftsammelbox aus
Kunststoff
Preis: ca. 2 €



Hersteller HAN
Karteikasten aus Kunststoff
Preis: ca. 10 €



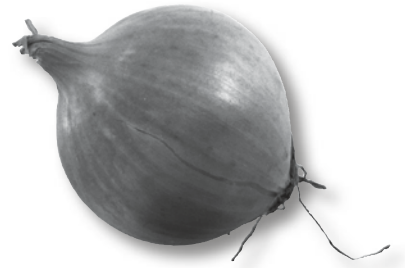
Hersteller HAN
Karteikasten aus Holz
Preis: ca. 40 €

Name:	Klasse:	Datum:	Fach:	Nr.:

Teste dein Wissen über die Zwiebel!



Trage den richtigen Buchstaben in das Kästchen ein!



1. Überlege, warum der Wurzelboden der Zwiebel erst nach dem Schneiden der Zwiebel entfernt wird.

Lösung

A: Der Wurzelboden hält die einzelnen Zwiebelschichten beim Schneiden zusammen.	B: Der Wurzelboden liefert Vitamine.	C: Der Wurzelboden verhindert, dass man beim Schneiden weinen muss.
---	--	---

2. Wo wächst die Zwiebel?

A: im Boden	B: am Strauch	C: am Baum
-----------------------	-------------------------	----------------------

3. Begründe, warum wir beim Schneiden den Krallen- und Tunnelgriff verwenden!

A: Das Schneidebrett kann nicht verrutschen.	B: Das Schneiden der Zwiebel wird genauer.	C: Zum Schutz vor Schnittverletzungen.
--	--	--

4. Warum tränen uns beim Schneiden von Zwiebeln die Augen?

A: Beim Schneiden von Zwiebeln entweichen Stoffe, die unser Auge reizen.	B: Die Zwiebel ist noch nicht reif.	C: Die Raumtemperatur in der Küche ist zu hoch.
--	---	---

5. Wähle die englische Bezeichnung für Zwiebel aus.

A: tomato	B: carrot	C: onion
---------------------	---------------------	--------------------

6. Welches Messer verwendest du zum Schneiden einer Zwiebel?

A: 	B: 	C: 
--	--	---

Lösung S. 31

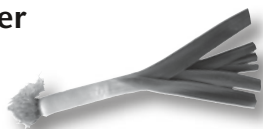
Lösungen zu den Arbeitsblättern

Teste dein Wissen über die Zwiebel!

Lösung: 1A, 2A, 3C, 4A, 5C, 6B



Teste dein Wissen über den Lauch!



Lösungswort:
(andere Bezeichnung für Lauch)

1	2	3	4	5	6
P	O	R	R	E	E

Teste dein Wissen über die Karotte!

Lösung:

1. Karottenrohkost
2. Möhre, Mohrrübe, Gelbe Rübe
3. Vitamine
4. Betacarotin, A
5. grünen Blätter



Teste dein Wissen über die Tomate!

Lösungswort:
(englisches Wort für Tomate)



1	2	3	4	5	6	7
T	O	M	A	T	O	E

Teste dein Wissen über die Kartoffel!

Lösungswort:
(andere Bezeichnung für die Kartoffel)



1	2	3	4	5	6	7	8
E	R	D	Ä	P	F	E	L

Teste dein Wissen über den Kopfsalat!

Fragen	Antworten
Zu welcher Familie gehört der Kopfsalat?	Korbblütler
Nenne eine andere Bezeichnung für den Kopfsalat!	Grüner Salat
Nenne den Hauptinhaltsstoff vom Kopfsalat.	Wasser
Wo sollte Kopfsalat gelagert werden?	Im Kühlschrank
Nenne den Schadstoff, der besonders im Winter im Salat enthalten ist.	Nitrat
Nenne einen Saisonmonat des Kopfsalats.	August








Buchstabensalat

A	T	A	G	R	Ü	N	E	R	S	A	L	A	T	O
A	S	R	T	J	K	O	P	F	E	T	T	J	K	D
S	A	L	E	R	T	S	W	A	S	S	E	R	E	E
E	L	K	E	R	F	V	Z	U	I	S	A	T	R	F
F	A	O	E	R	A	U	G	U	S	T	L	E	U	J
T	D	R	C	V	T	Z	U	I	O	H	A	S	I	K
H	E	B	P	F	E	T	T	F	R	E	I	L	D	L
J	Z	B	E	R	T	G	F	Z	U	O	F	G	F	S
I	N	L	K	Ü	H	L	S	C	H	R	A	N	K	A
E	I	Ü	E	V	C	J	I	A	R	I	O	I	I	C
B	O	T	E	U	I	O	P	D	H	E	B	T	O	E
A	M	L	E	R	T	F	G	S	H	R	I	R	R	R
E	B	E	A	I	F	G	D	R	I	A	D	A	H	T
T	C	R	A	S	D	E	R	I	E	T	I	T	H	Z

Name:	Klasse:	Datum:	Fach:	Nr.:

Wir schneiden Zwiebeln in Halbringe

Zwiebelkuchen		
Menge	Zutaten	Zubereitung
250 g 1 Päck. ½ TL ⅛ l 3 EL	<u>Hefeteig</u> Mehl Trockenhefe Salz lauwarmes Wasser Öl	 <ol style="list-style-type: none"> 1. Mehl mit Trockenhefe und Salz vermischen 2. Lauwarmes Wasser von der Mitte aus mit dem elektrischen Handrührgerät einkneten 3. Öl zugeben und Teig weiter kneten <p>Tipp: Der Teig ist dann fertig, wenn er sich gut von der Schüssel löst.</p>
5–8	<u>Belag</u> Zwiebeln	<ol style="list-style-type: none"> 4. Hefeteig zugedeckt kurz gehen lassen 5. Zwiebeln, schälen, halbieren, kurz waschen und in feine Halbringe schneiden
125 g	Speck	<ol style="list-style-type: none"> 6. Speck in feine Würfel schneiden 7. Speck in kalte Pfanne geben 8. Pfanne erhitzen und Speck anbraten 9. Zwiebeln anbraten 10. Zwiebeln würzen
etwas 1 TL	Salz, Pfeffer Kümmel	
1 B. 2	<u>Guss</u> Sauerrahm Eier Öl	<ol style="list-style-type: none"> 11. Eier und Sauerrahm gut verrühren 12. Springform fetten 13. Springform mit Teig auslegen 14. Zwiebeln auf dem Teig verteilen 15. Guss darüber gießen <p>Garzeit: 30–40 Minuten bei 200 °C Ober- und Unterhitze backen</p> 
Zwiebel in Halbringe schneiden		
  		
<p>Zwiebel schälen</p> <p>Zwiebel halbieren ⇒ Tunnelgriff verwenden!</p> <p>Zwiebeln in Halbringe schneiden ⇒ Krallengriff verwenden!</p>		
<p>Tipp: Statt Hefeteig kann man auch eine Packung Blätterteig verwenden!</p>		

Wir schneiden Lauch in Halbringe



Der Lauch



Der Lauch gehört zur Familie der Liliengewächse und wird häufig auch als Porree bezeichnet. Man unterscheidet je nach Erntezeit zwischen Frühjahrs-, Sommer-, Herbst- und Winterlauch.



Lauch enthält ätherische Öle, die auch in der Zwiebel und im Knoblauch zu finden sind. Diese Öle sind für den Geschmack und das Aroma des Lauchs verantwortlich.



Saisonkalender

Jan	Feb	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug	Sept	Okt	Nov	Dez
											



Lauch sollte nicht neben aromaempfindlichen Lebensmitteln wie z. B. Butter oder Äpfeln aufbewahrt werden, da er seinen intensiven Geruch überträgt.



- Lauchgemüse
- Eintöpfe
- Rohkostsalate
- Quiche (Lauchkuchen)



Lauch – 1. Dunkelgrüne Enden abschneiden



Lauch – 2. Lauch putzen



Lauch – 3. Lauch halbieren



Lauch – 4. Lauch waschen



Lauch – 5. Lauch in Halbringe schneiden