

Speisenzusammenstellung – Menüplanung

Übersicht über die Stationen:

- **Station „Das Menü“**
Medien: Text, Kontrollkarte
- **Station „Das Festmenü“**
Medien: Legekärtchen, Legefild, Kontrollkarte
- **Station „Das moderne Menü“**
Medien: Legekärtchen, Legefild, Kontrollkarte
- **Station „Regeln zur Zusammenstellung eines Menüs“**
Medien: Text, Kontrollkarte
- **Station „Der Hauptgang/Das Hauptgericht“**
Medien: Puzzle
- **Station „Übung macht den Meister“**
Medien: Legekärtchen, Legefild
- **Station „Zusammenstellung eines Hauptganges“**
Medien: Legekärtchen, Legefild
- **Arbeitsblatt „Speisenzusammenstellung“**
- **Station „Das Abc der Nahrungszubereitung“**
Medien: Küchen-Abc-Karten

- **Rezeptblatt „Modernes Menü“**

Rezepte: Kleiner Salat mit Schinken-Käseröllchen, Gemüsesuppe mit Klößchen/Knödelchen, Putenröllchen mit Speckkruste, Wildreis, Glasierte Bohnen, Glasierte Karottensticks, Joghurtnocken auf Himbeersoße

- **Projekt „Menüzusammenstellung“**

Kompetenzen:

- Einzelne Komponenten eines Menüs kennen und zum selbstständigen Zusammenstellen ein Menüs nutzen.
- Regeln zum Zusammenstellen eines Menüs kennen und zum selbstständigen Zusammenstellen und Zubereiten eines Menüs nutzen.
- Garmachungsarten und Grundrezepte kennen, bewerten und bei der Zubereitung von Speisen nutzen.

Station

Das Menü

Was ist das eigentlich?

Aufgaben:

1. Lies die Definition Menü durch.
2. Ergänze dein Arbeitsblatt (Aufgabe 1).

Menü – was ist das eigentlich?

Im Allgemeinen ist ein Menü eine Zusammenstellung von mehreren Speisen/Gängen zu einer Mahlzeit.

Die Zusammenstellung erfolgt nach Regeln.

Je nach Anzahl der Gänge unterscheidet man das Grundmenü (3–4 Gänge) und das Festmenü (5–8 Gänge).

Kontrolle: Menü – was ist das eigentlich?

- = Zusammenstellung von mehreren Speisen/Gängen zu einer Mahlzeit!
- Grundmenü: 3–4 Gänge
- Festmenü: 5–8 Gänge

Station

Das Festmenü

Ein Menü für besondere Anlässe und Feste

Aufgaben:

1. Lies dir die verschiedenen Gänge des Festmenüs durch.
2. Versuche, die Gänge in die richtige Reihenfolge zu bringen.
3. Ergänze dein Arbeitsblatt (Aufgabe 2).

Hinweis:

- Legefled, Legekärtchen und Kontrollkarte evtl. vergrößert kopieren, laminieren und schneiden.
- Legekärtchen in einem Umschlag aufbewahren, damit keine Kärtchen verloren gehen.

Legefled

Das Festmenü	
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	

Kontrollkarte

Kontrolle: Das Festmenü	
1	Kalte Vorspeise
2	Suppe
3	Warmer Vorspeise
4	Fischgericht
5	Sorbet
6	Fleisch (Hauptgang)
7	Käse
8	Dessert

Legekärtchen Festmenü (---- = Schneidelinie)

Kalte Vorspeise	Fischgericht
Suppe	Sorbet
Warmer Vorspeise	Fleisch (Hauptgang)
Käse	Dessert

Das moderne Menü (= Grundmenü)

Ein Menü für die ernährungsbewusste Gesellschaft

Da das Festmenü mit seinen 8 Gängen eine sehr üppige Speisenfolge darstellt, wird in der heutigen modernen und ernährungsbewussten Gesellschaft das moderne Menü (= Grundmenü) bevorzugt, da dieses weniger Gänge aufweist.

Aufgaben:

1. Lies dir die verschiedenen Gänge des modernen Menüs durch.
2. Versuche, die Gänge in die richtige Reihenfolge zu bringen.
3. Ergänze dein Arbeitsblatt (Aufgabe 2).

Hinweis:

- Legefled, Legekärtchen und Kontrollkarte evtl. vergrößert kopieren, laminieren und schneiden.
- Legekärtchen in einem Umschlag aufbewahren, damit keine Kärtchen verloren gehen.

Legefled

Das moderne Menü	
Grundmenü	
1	
2	
3	
4	

Kontrollkarte

Kontrolle: Das moderne Menü	
Grundmenü	
1	Vorspeise
2	Suppe
3	Hauptspeise mit Beilagen
4	Dessert oder Käse

Legekärtchen modernes Menü (----= Schneidelinie)

Vorspeise	Hauptgericht mit Beilagen
Suppe	Dessert oder Käse

Station

Regeln zur Zusammenstellung eines Menüs

Gut geplant – ist halb gewonnen!

Aufgaben:

1. Lies den Text durch.
2. Formuliere selbstständig Regeln zur Zusammenstellung eines Menüs.
3. Ergänze dein Arbeitsblatt (Aufgabe 3).

Regeln zur Zusammenstellung eines Menüs

Die Zusammenstellung eines Menüs ist keine leichte Aufgabe. Dies erfordert die Einhaltung grundsätzlicher Regeln. Achte bei der Zusammenstellung darauf, dass du ...

- den Anlass bzw. das Motto des Menüs immer im Auge behältst, z. B. Bayrischer Abend, Einweihungsfeier, ...
- die Reihenfolge eines Menüs einhältst, z. B. Reihenfolge eines Festmenüs.
- ein ernährungsphysiologisch ausgewogenes, nicht zu üppiges Menü planst.
- Speisen planst, die optisch gut aufeinander abgestimmt sind, z. B. sollten sich die zusammen gestellten Speisen auf dem Teller voneinander abheben.
- Lebensmittel/Speisen auswählst, welche der Jahreszeit entsprechen, z. B. Spargel-/Erdbeerzeit, ...
- Lebensmittel auswählst, welche in deiner Region angebaut werden.
- die Vorlieben bzw. evtl. Allergien/Krankheiten deiner Gäste im Blick hast, z. B. Menschen mit Lebensmittelunverträglichkeiten, Vegetarier, ...
- die aufeinanderfolgenden Speisen so aussuchst, dass sie im ganzen Menü harmonieren, jedoch auch abwechslungsreich sind.
- du den wirtschaftlichen Faktor nicht außer Acht lässt.

Kontrolle: Regeln zur Zusammenstellung eines Menüs:

- Bedenke den Anlass/das Motto des Menüs.
- Halte die Reihenfolge des Menüs ein.
- Achte auf ein ernährungsphysiologisch ausgewogenes Menü.
- Denke an die Optik (Farben/Anrichtemöglichkeiten) der Speisen.
- Wähle saisonale/regionale Lebensmittel.
- Bedenke Vorlieben/Krankheiten der Gäste.
- Achte auf ein harmonisches, abwechslungsreiches Menü.
- Achte auf dein Budget.

Der Hauptgang/Das Hauptgericht

Höhepunkt eines Menüs

Das Hauptgericht sollte bei jedem Menü der Höhepunkt sein. Der Hauptgang kann je nach Zusammenstellung aus mehreren Komponenten bestehen. Oft sind aber auch nicht alle Teile vorhanden.

Aufgaben:

1. Lege das Puzzle.
2. Ergänze das Arbeitsblatt (Aufgabe 4).

Puzzle

Hinweis:

- Puzzle evtl. vergrößert kopieren, laminieren und schneiden. Puzzleteile in einem Umschlag aufbewahren, damit kein Puzzleteil verloren geht.
- Puzzle ein zweites Mal kopieren und als Kontrollfeld verwenden.

