

# Themenroute: Ernährung und Gesundheit

**1.1 Thema der Reihe:** „Backe, backe Kuchen,...“ – Vorgangsbeschreibungen lesen, verstehen und umsetzen können als elementare Voraussetzung für eine erfolgreiche Ausbildung nicht nur im Bereich Nahrung und Genussmittel

**1.2 Ziele der Reihe:** Die Schülerinnen und Schüler (SuS) sollen am Beispiel eines Apfelpfannkuchenrezepts und einer Anleitung für einen Obstsalat die Gattung der Vorgangsbeschreibung als Anleitung zum unmittelbaren Nachvollzug kennen lernen und ihre Bedeutung zur Automatisierung und Professionalisierung in betrieblichen Abläufen abschätzen. Sie sollen die sprachlichen Mittel, die zum Verständnis notwendig sind, einordnen und Beispiele hinsichtlich ihrer Klarheit, Eindeutigkeit, Struktur und somit ihrer Umsetzbarkeit überprüfen. Letztlich sollen sie Vorgänge vornehmlich aus dem Bereich der Haushaltsführung, Küche und Gastronomie so beschreiben, dass sie von anderen nachzuahmen sind. Hierbei sollen sie durch einen Perspektivwechsel ihre eigenen Textproduktionen ständig überprüfen und Möglichkeiten der visuellen Unterstützung in Form von Bildreihen, Kurzfilmen oder Schemazeichnungen nutzen. Der Bezug zu alltäglichen Handlungen soll bei den SuS Interesse wecken für das vielfältige Berufsfeld rund um Ernährung und Gesundheit. Sie sollen die Offenheit entwickeln, Erfahrungsmöglichkeiten –zum Beispiel in Form eines Praktikums- zu nutzen und beim Jugendkongress Kontakte herzustellen.

## **2. Didaktisch-methodische Überlegungen:**

Berufswahlorientierung ist nicht nur eine Herzensangelegenheit, sondern kann auch durch den Magen gehen. So ist der Grundgedanke dieses Unterrichtsvorschlags der, dass durch die angeleitete Zubereitung von Speisen Freude am Arbeiten in der Küche erlebt wird, die Notwendigkeit zum Verstehen von Vorgangsbeschreibungen reflektiert wird und durch das gemeinsame Essen Gemeinschaft gelebt wird.

Durch den geplant hohen Grad an Handlungsorientierung wird unserer Meinung nach nicht nur das Interesse an praktischem Tun geweckt und gefördert, sondern lebensnahe und berufsweltorientierte Handlungsfelder in den Unterricht integriert. Dieses unterstützt die SuS bei einer bewussten Entscheidung für die Ausbildungsplatzwahl. In der Praxis werden eigene Stärken und Schwächen erfahrbar. Elementare Techniken im Umgang mit den Geräten in der Küche werden erlernt, erprobt und geübt. Auf dem Weg zur Selbstständigkeit ist dieses sicherlich einer der bedeutendsten Felder, um später einen eigenen Haushalt führen zu können.

Dennoch ist dieses kein „Kochkurs“, auch wenn sich die Kooperation mit der Hauswirtschaft und dem Deutschunterricht selbstverständlich anbietet. Der Schwerpunkt der Reihe liegt im Bezug der eigenen Handlungen auf das Berufsfeld Gastronomie und Nahrungsmittelindustrie. Die Übungen zum Pfannkuchen und zum Obstsalat stehen somit exemplarisch für wesentlich komplexer Arbeitsabläufe in Restaurants und Großküchen. Damit viele Köche eben nicht den Brei verderben, müssen Aspekte der Arbeitsteilung wie die Klärung von Zuständigkeiten und Formen von Spezialisierung, der Organisation von Arbeitsab-

läufen im Lichte modernen Projektmanagements und der Verwendung von Fachsprache angesprochen werden.

Bereits in anderen Zusammenhängen veröffentlichte Materialien (Methodenblätter zur Projektarbeit) lassen sich integrieren. Ebenfalls kann die Vorgangsbeschreibung ein Bestandteil der diesjährig angebotenen Vorlage für die Praktikumsmappe sein.

Internetressourcen:

[www.dasa-jugendkongress.de](http://www.dasa-jugendkongress.de)

Die Seite zur Veranstaltung wird ständig aktualisiert, sie bietet eine gute Programmübersicht und Orientierungshilfe. Im Archiv sind die Berichte und Dokumente der vergangenen Jahre aufbewahrt, welche einen lebendigen Eindruck von der Veranstaltung vermitteln.

### **3. Ablauf der Unterrichtsreihe:**

„Backe, backe Kuchen, ...“

Stunde (Phase)	Thema
Einstieg Hinführung	"Do ist yourself?" – Vorstellen einer Sammlung von Bedienungsanleitungen vom Selbstbauregal bis zum Kuchenrezept zur Darstellung der Vieltätigkeit von Vorgangsbeschreibungen – Erfassen von Erfahrungen, Problemen und Erfolgen bei der Umsetzung von Vorgangsbeschreibungen

Hinweis: Aus urheberrechtlichen Gründen können diese Medien nicht zur Verfügung gestellt werden. Die meisten Baumärkte bieten Prospektmaterial zur Umsetzung der „eigenen Projekte“. Die SuS können vielleicht die ein oder andere Bedienungsanleitung beisteuern. Eine Ausstellung mit Kochbüchern ist möglich oder die Lehrkraft bringt ein privat erworbenes Regal mit und lässt es von den SuS aufbauen.

Problematisierung	"Beachten sie die Packungsbeilage oder fragen sie ihren Arzt oder Apotheker" – Gefahren bei unsachgemäßer Anwendung und Umsetzung von Vorgangsbeschreibungen am Beispiel der Überdosierung eines Medikaments als Anlass, notwendige Informationen eines Beipackzettels zu identifizieren und zu verstehen
-------------------	---

Hinweis: Für viele ist der Beipackzettel wie ein Buch mit sieben Siegeln. Komplizierte, lateinische Fachausdrücke, unbekannte Krankheiten als Nebenwirkungen und chemische Bezeichnungen von Inhaltsstoffen schrecken ab. Doch im Kleingedruckten lauern die Gefahren eines Medikaments. Durch den Vergleich verschiedener Beipackzettel lassen sich gesetzlich vorgeschriebene Teile des Beipackzettels wie Warnhinweise und Dosierungsbeispiele ableiten. Ebenso können strukturelle Parallelen entdeckt werden. Die SuS können zu der Erkenntnis gelangen, dass zum wirklichen Verstehen meist ein umfangreiches Vorwissen notwendig ist. Als weitere Beispiele lassen sich auch Warnhinweise aus Bedienungsanleitungen von elektrischen Geräten heran ziehen.

<b>Information</b> Methodenblatt	„Zähneputzen für Marsmenschen“ - Anleitung zur Nachahmung einer Handlung mit sprachlichen Mitteln in Form der Textgattung einer Vorgangsbeschreibung – Einführung des Methodenblattes und Erprobung einfacher Beschreibungen anhand von Alltagshandlungen
-------------------------------------	---

Hinweis: Die Wahl von Handlungen aus dem Alltag ist nicht festgelegt. Den Ideen der SuS wird freier Raum gegeben. Hieraus können sich lustige und kuriose Momente ergeben. Die Schwierigkeiten der Methode werden offensichtlich. Die Unterschiedlichkeit der Beschreibungen rufen nach Vereinheitlichung. Die Bedeutung von Regeln für das Verfassen von Vorgangsbeschreibungen wird deutlich.

<b>Übung 1</b>	„Backe, backe Kuchen,...“ – Beachtung der richtigen Reihenfolge der Arbeitsabläufe in einem Rezept am Beispiel eines Apfelpfannkuchens
----------------	--

<b>Übung 2</b>	„Küchenhilfe oder Kochprofi?“ – Verfassen von Vorgangsbeschreibungen zur Herstellung eines Obstsalats zur Bewertung der sprachlicher Ausdrucksfähigkeit, Variabilität und der korrekten Verwendung von Fachausdrücken
----------------	---

Hinweis: Sollte die Lerngruppe bereits ihr Praktikum hinter sich haben, ist es reizvoll, Fachausdrücke aus verschiedenen Berufsgruppen zu sammeln. Unter anderem lassen sich Profis und Laien durch die Verwendung von Fachsprache voneinander unterscheiden: Schraubendreher oder Schraubenzieher?

<b>Transfer</b>	<p style="text-align: center;">„Gelesen ist noch nicht verstanden, verstanden noch nicht angewendet, angewendet noch nicht beibehalten“</p> <p>- Der lange Weg von der Anleitung zur Umsetzung und selbstständigen Fortführung bis zur Routinebildung – Reflexion notwendiger kognitiver und motorischer Prozesse</p>
-----------------	---

Hinweis: Neben der direkten Imitation von Handlungen werden in der Berufswelt Handlungsanweisungen und -anleitungen in semantischer Form vermittelt. An dieser Stelle bietet es sich an, mit der Lerngruppe auf Metaebene über Sprache zu reflektieren und neuronale Prozesse zu veranschaulichen. Wann gelingt die Umsetzung einer Vorgangsbeschreibung, wann nicht? Das Sprachverständnis ist ein Schlüssel zum Verstehen. Genaues Zuhören und Nachfragen zwei weitere. Probleme tauchen auf, wenn der Lehrling nicht versteht, was der Meister sagt und meint, weil er die beschriebenen Werkzeuge nicht kennt. Fehler werden gemacht, wenn Anweisungen ungenau sind oder nicht genau eingehalten werden. In Kooperation mit dem Deutschunterricht lässt sich beispielsweise das Kommunikationsmodell nach Schulz von Thun einführen. Neurowissenschaftliche Erkenntnisse über Verarbeitungsprozesse im Gehirn können im Biologieunterricht erworben werden. Einen schönen Abschluss bilden kinesisiologische Übungen aus dem Programm „Bewegte Schule – bewegtes Lernen“.

Empfehlung: Hårdt, Bärbel: Besser lernen durch Bewegen und Entspannen, Berlin 2000).

<b>Übung 3</b>	„Pizza-Massage“
----------------	-----------------

## Vorgangsbeschreibung

Vorgangsbeschreibungen finden wir in allen Lebensbereichen. In der Küche hilft ein Rezept beim Kuchenbacken, zum Baumarktregal gibt es eine Bauanleitung, dem neuen Handy liegt eine Bedienungsanleitung bei.



Vorgangsbeschreibungen braucht man, um anderen Menschen genau zu beschreiben, wie etwas gemacht wird. Was braucht man für einen Kuchen und wie geht man beim Backen vor?

Eine Vorgangsbeschreibung muss so formuliert sein, dass man sie auch versteht und die Handlungen nachmachen kann.

Für jemanden, der eine eigene Kuchenkreation zum hundertsten Mal backt, sind die Zutaten, viele Handgriffe und Abläufe gewohnt und geübt. Damit andere diesen Kuchen genau so hinbekommen, müssen auch die selbstverständlichsten Dinge erklärt werden.

Beim Verfassen einer Vorgangsbeschreibung muss man darum seine Perspektive verändern und sich vorstellen, dass man von allem noch keine Ahnung hat. Wenn es acht von zehn Küchenmuffel schaffen, den Kuchen genau so nachzubacken, dann scheint die Vorgangsbeschreibung gelungen zu sein.

- Gib der Vorgangsbeschreibung eine klare Struktur. (z.B. 1. Materialliste oder Zutaten, benötigte Werkzeuge – 2. Vorbereitung der Arbeit und des Arbeitsplatzes – 3. Umsetzung Schritt für Schritt erklärt – 4. Kontrolle)
- Beschreibe die Dinge mit einfachen Worten.
- Verwende abwechslungsreiche Formulierungen.
- Mache kurze Sätze.
- Beschreibe genau, bleibe sachlich.
- Benutze den Präsens.
- Halte die zeitliche Reihenfolge der Abläufe ein.
- Lasse andere deine Vorgangsbeschreibung kontrollieren und ausprobieren.

### **TIPPS:**

- ➔ Zur Vorbereitung einer Vorgangsbeschreibung ist es empfehlenswert, eine Stichwortsammlung anzulegen.
- ➔ Arbeite mit Karteikarten. Zur Festlegung einer Reihenfolge können Notizen auf Karteikarten hin- und hergeschoben werden.
- ➔ Um ganz sicher zu gehen, können Zusatzelemente wie eine Merkliste, eine Regelübersicht, Begriffserläuterungen oder häufig gestellte Fragen mit Antworten (FAQ – frequently asked questions) ergänzt werden. Mögliche Probleme und eine Fehleranalyse findet man öfter bei technischen Geräten.

Situationen zum Üben der Methode:



1. Ein Außerirdischer landet auf der Erde. Beschreibe ihm, wie man eine Dose öffnet.
2. Deine Tante kommt zu Besuch. Erkläre ihr, wie du ihren Lieblingscocktail hergestellt hast.
3. Dein dreijähriges Patenkind fragt dich, wie Zähneputzen funktioniert.

<b>Phase 1</b> Stichwortsammlung
<b>Phase 2</b> Gliederung
<b>Phase 3</b> Erste Textversion
<b>Phase 4</b> Verbesserung
<b>Phase 5</b> Zweite Textversion
<b>Phase 6</b> Praxistest
<b>Phase 7</b> Verbesserung
<b>Phase 8</b> Endfassung

## Mein Pfannkuchenrezept

Schneide die folgenden Puzzleteile aus und bringe sie in eine sinnvolle Reihenfolge. Schreibe das Rezept nun ins Reine (und probiere es zuhause aus).



Guten Appetit.

Zum Schluss nach Belieben mit Zimt und Zucker pudern.	Die übrigen Zutaten begeben.
Zimt und Zucker	Zuerst das Mehl in die Schüssel geben.
Vor der Zubereitung den Teig nochmals kurz durchschlagen.	Vor dem Servieren nochmals wenden.
Zutaten für vier Stück:	Speiseöl
1 bis 2 Äpfel	150g Mehl
Zum Wenden den Pfannkuchen auf einen flachen Deckel schütten und diesen mit Schwung wieder auf die Pfanne stülpen.	Den Teig fünf Minuten ruhen lassen.
In der Zwischenzeit die Äpfel schälen, Gehäuse entfernen und in feine Scheiben schneiden.	Den Pfannkuchen etwa drei Minuten von einer Seite braun anbraten.
1 Prise Backpulver	250ml Milch oder Wasser
Apfelscheiben verteilen und leicht eindrücken.	1 Prise Salz
4 Eier	Einen Esslöffel Öl in der Pfanne mäßig erhitzen.
Alles auf höchster Stufe etwa zwei Minuten mit dem elektrischen Rührbesen verquirlen.	Den Teig mit einer Suppenkelle (= 1 Portion) in die Pfanne gießen.

## Mein Apfelpfannkuchenrezept



### Zutaten für vier Stück:

150g Mehl  
4 Eier  
250ml Milch oder Wasser  
1 Prise Salz  
1 Prise Backpulver  
1 bis 2 Äpfel  
Speiseöl  
Zimt und Zucker

Zuerst das Mehl in die Schüssel geben.

*Die übrigen Zutaten begeben.*

Alles auf höchster Stufe etwa zwei Minuten mit dem elektrischen Rührbesen verquirlen.

*Den Teig fünf Minuten ruhen lassen.*

In der Zwischenzeit die Äpfel schälen, Gehäuse entfernen und in feine Scheiben schneiden.

*Vor der Zubereitung den Teig nochmals kurz durchschlagen.*

Einen Esslöffel Öl in der Pfanne mäßig erhitzen.

*Den Teig mit einer Suppenkelle (= 1 Portion) in die Pfanne gießen.*

Apfelscheiben verteilen und leicht eindrücken.

*Den Pfannkuchen etwa drei Minuten von einer Seite braun anbraten.*

Zum Wenden den Pfannkuchen auf einen flachen Deckel schütten und diesen mit Schwung wieder auf die Pfanne stülpen.

*Vor dem Servieren nochmals wenden.*

Zum Schluss nach Belieben mit Zimt und Zucker pudern.

(Für 6 Stück braucht man 225g Mehl, 6 Eier und 375ml Milch)

Guten Appetit.

## Mein Apfelpfannkuchenrezept

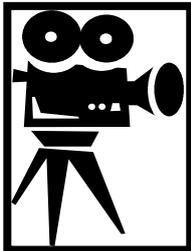
Um ein Rezept aus einem Kochbuch nachzukochen, müssen einige Vorkenntnisse und Grundfertigkeiten vorhanden sein. Alles zu erklären, würde den Rahmen eines Kochbuches sprengen. Für Neulinge in der Küche müssten jedoch auch selbstverständlich erscheinende Handlungen genau beschrieben werden.



**Aufgabe 1:** Schneide die Zusatzkarten aus und platziere sie an der richtigen Stelle des Rezeptes.

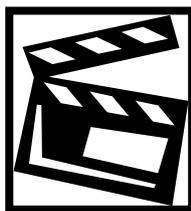
**Aufgabe 2:** Schneide dir weitere Puzzleteile zurecht und überlege dir, welche Arbeitsschritte immer noch notwendig sind, die im Rezept nicht erklärt werden. Der beste Weg, das rauszufinden, ist, das Rezept mit einer Freundin oder einem Freund auszuprobieren und dich bei der Arbeit beobachten zu lassen.

### Aktionsmöglichkeit / Wettbewerb:

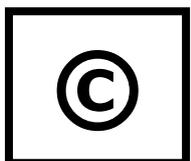


Haltet die Zubereitung des Pfannkuchens als 90-Sekunden-Stummfilm fest. In kurzen Filmsequenzen könnt ihr die einzelnen Arbeitsschritte zeigen.

Solltet ihr die Möglichkeit zur digitalen Bearbeitung eures Filmmaterials haben, filmt erst die ganze Zubereitung und wählt anschließend die Szenen aus. So muss nicht das komplette Schälen eines Apfels gezeigt werden. Das Ansetzen des Messers und der letzte Schnitt reichen. Schneidet die Aufnahme und setzt den Film neu aus etwa 4-Sekunden-langen Stücken zusammen.



Häufige Szenenwechsel sind wichtig, damit der Film nicht langweilig wird und genauso lange dauert wie die Zubereitung. Noch mehr Abwechslung bekommt ihr durch den Wechsel zwischen Nahaufnahme und Totale rein. Ihr könnt Szenen auch aus verschiedenen Perspektiven von oben, unten, der einen oder anderen Seite aufnehmen. Da die Zubereitung des Teiges einmalig ist, geht das am besten beim Backen der Pfannkuchen. Wichtig, die Bilder müssen auch ohne Erklärung überzeugen. Achtet auf eine gute Beleuchtung. Ihr Spezialisten werdet bestimmt auch noch einen Vorspann und Abspann hinbekommen. Und die ganz Fleißigen reichen noch einen zweiten, vertonten Beitrag ein.



Hinweis: Solltet ihr vorhaben, eure Filme im Internet zu veröffentlichen, beachtet Persönlichkeits- und Urheberrechte. Nicht jeder möchte sich der ganzen Welt im Internet zeigen. Die Wahrscheinlichkeit, mit der Zubereitung eines Pfannkuchens berühmt zu werden, ist eher gering. Filmt besser ausschließlich das, was die Hände machen und zeigt keine Gesichter oder Räume, die es erlauben, euch auszuspionieren.

Uuuun Action – klick!

# Mein Pfannkuchenrezept

Schneide die folgenden Puzzleteile aus und ergänze dein bisheriges Rezeptpuzzle. Schreibe das Rezept nun ins Reine (und probiere es zuhause aus).



Guten Appetit.

<p>Tipp: Zum Schutz vor Ölspritzern einen Backhandschuh verwenden.</p>	<p>Versehentlich hineingeratene Eierschalen aus der Schüssel entfernen.</p>
<p>Den Rührbesen vom Strom trennen, säubern und gleich wegräumen.</p>	<p>eine Küchenwaage ein Messbecher zwei Schüsseln</p>
<p>Salz und Backpulver mit dem Pinzettengriff (Daumen+Zeigefinger) aus der Packung nehmen. Das entspricht einer Prise.</p>	<p>Tipp: Eine Schalenschlange entsteht, wenn beim Schälen der Apfel in der Hand gedreht wird.</p>
<p><u>Benötigte Küchenutensilien:</u></p>	<p>Die benötigte Milch mit einem Messbecher abmessen.</p>
<p>Hierzu den geschälten Apfel halbieren und mit Krallengriff fixieren.</p>	<p>Tipp: Vor dem Schwenken der Kelle mit der Unterseite nochmals kurz die Teigoberfläche berühren, damit übergelaufener Teig abtropft und nicht unterwegs den Herd verschmutzt.</p>
<p>Das Mehl mit der Küchenwaage abwägen oder im Messbecher mit entsprechender Skala abmessen.</p>	<p><u>Arbeitsvorbereitung:</u></p>
<p><u>Der Backvorgang:</u></p>	<p>elektrischer Rührbesen mit Rührstäben eine Suppenkelle eine Pfanne mit flachem Deckel</p>
<p>Warnhinweis: Der Deckel sollte die Pfanne wieder verschließen, damit kein aufspritzendes Öl Hände und Gesicht verletzt. Verbrannte Hautstellen sofort unter fließendem kaltem Wasser kühlen, damit keine Brandblasen entstehen. Eine Brandsalbe auftragen.</p>	<p>Vor dem Anschluss an die Steckdose die Rührstäbe in der richtigen Reihenfolge (s. Bedienungsanleitung) in den Rührbesen einsetzen.</p>
<p><u>Herstellung des Teigs:</u></p>	<p>Den Bräunungsgrad durch Anheben mit einem Bratenwender überprüfen.</p>
<p>Hnweis: Zum Löschen von Ölbränden niemals Wasser verwenden. Flammen mit einer Decke ersticken.</p>	<p>Die Eier mit der Kante einer Gabel oder einem Messer über einer Schüssel aufschlagen.</p>
<p>Tipp: Aus geringer Höhe schütten, dann staubt das Mehl nicht so.</p>	<p>ein Bratenwender ein Küchenmesser eine Gabel oder Messer</p>

# Mein Apfelfannkuchenrezept

## **Benötigte Küchenutensilien:**

eine Küchenwaage  
zwei Schüsseln  
elektrischer Rührbesen mit Rührstäben  
ein Messbecher  
ein Küchenmesser  
eine Gabel oder Messer  
ein Bratenwender  
eine Suppenkelle  
eine Pfanne mit flachem Deckel

## **Zutaten für vier Stück:**

150g Mehl  
4 Eier  
250ml Milch oder Wasser  
1 Prise Salz  
1 Prise Backpulver  
1 bis 2 Äpfel  
Speiseöl  
Zimt und Zucker

## **Arbeitsvorbereitung:**

Das Mehl mit der Küchenwaage abwiegen oder im Messbecher mit entsprechender Skala abmessen.

Die benötigte Milch mit einem Messbecher abmessen.

Die Eier mit der Kante einer Gabel oder einem Messer über einer Schüssel aufschlagen.

Versehentlich hineingeratene Eierschalen aus der Schüssel entfernen.

Salz und Backpulver mit dem Pinzettengriff (Daumen und Zeigefinger) aus der Packung nehmen. Das entspricht einer Prise.



## **Herstellung des Teigs:**

Zuerst das Mehl in die Schüssel geben.

Die übrigen Zutaten begeben.

Vor dem Anschluss an die Steckdose, die Rührstäbe in der richtigen Reihenfolge (s. Bedienungsanleitung) in den Rührbesen einsetzen.

Alles auf höchster Stufe etwas zwei Minuten mit dem elektrischen Rührbesen verquirlen.

Den Teig fünf Minuten ruhen lassen.

In der Zwischenzeit die Äpfel schälen, Gehäuse entfernen und in feine Scheiben schneiden.

Hierzu den geschälten Apfel halbieren und mit Krallengriff fixieren.

Vor der Zubereitung den Teig nochmals kurz durchschlagen.

Den Rührbesen vom Strom trennen, säubern und gleich wegräumen.

## **Der Backvorgang:**

Einen Esslöffel Öl in der Pfanne mäßig erhitzen.

Den Teig mit einer Suppenkelle (= 1 Portion) in die Pfanne gießen.

Apfelscheiben verteilen und leicht eindrücken.

Den Pfannkuchen etwa drei Minuten von einer Seite braun anbraten.

Den Bräunungsgrad durch Anheben mit einem Bratenwender überprüfen.

Zum Wenden den Pfannkuchen auf einen flachen Deckel schütten und diesen mit Schwung wieder auf die Pfanne stülpen.

Vor dem Servieren nochmals wenden.

Zum Schluss nach Belieben mit Zimt und Zucker pudern.

**Tipp:** Aus geringer Höhe schütten, dann staubt das Mehl nicht so.

**Tipp:** Eine Schalenschlange entsteht, wenn beim Schälen der Apfel in der Hand gedreht wird.

**Tipp:** Vor dem Schwenken der Kelle mit der Unterseite nochmals kurz die Teigoberfläche berühren, damit über-gelaufener Teig abtropft und nicht unterwegs den Herd verschmutzt.

**Warnhinweis:** Der Deckel sollte die Pfanne wieder verschließen, damit kein aufspritzendes Öl Hände und Gesicht verletzt. Verbrannte Hautstellen sofort unter fließendem kaltem Wasser kühlen, damit keine Brandblasen entstehen. Eine Brandsalbe auftragen.

**Hinweis:** Zum Löschen von Ölbränden niemals Wasser verwenden. Flammen mit einer Decke ersticken.

**Tipp:** Zum Schutz vor Ölspritzern einen Backhandschuh verwenden.

Guten Appetit



# Arbeitsanweisung

## Wie schneide ich den Apfel?



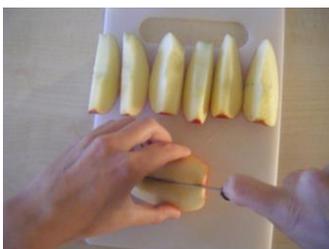
Halbiere den Apfel in der Mitte, so dass du zwei gleich große Hälften erhältst.



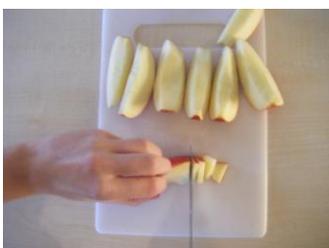
Lege die Hälften mit der Auflagefläche auf das Brett und schneide sie mit dem **Tunnelgriff** in der Mitte durch, so dass du vier gleich große Stücke erhältst.



Schneide das Kerngehäuse aus jedem der Viertel heraus.



Wende den **Tunnelgriff** an und schneide jedes der Viertel in der Mitte durch, so dass du acht gleich große Stücke erhältst.



Lege die Stücke mit der Auflagefläche auf das Brett.

Schneide dann mit dem **Krallengriff** jedes der Stücke in dünne Scheiben.



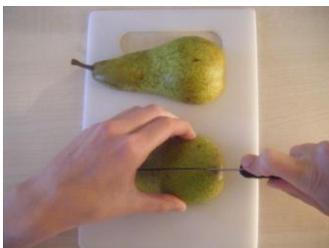
Jetzt bist du mit dem Schneiden fertig und kannst deine Apfelscheiben mit dem Obst deiner Gruppenmitglieder in der Glasschüssel mischen.

# Arbeitsanweisung

## Wie schneide ich die Birne?



Halbiere die Birne in der Mitte, so dass du zwei gleich große Hälften erhältst.



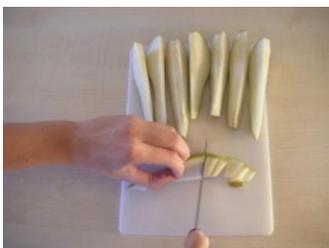
Lege die Hälften mit der Auflagefläche auf das Brett und schneide sie mit dem **Tunnelgriff** in der Mitte durch, so dass du vier gleich große Stücke erhältst.



Schneide das Kerngehäuse aus jedem der Viertel heraus.



Wende den **Tunnelgriff** an und schneide jedes der Viertel in der Mitte durch, so dass du acht gleich große Stücke erhältst.



Lege die Stücke mit der Auflagefläche auf das Brett.

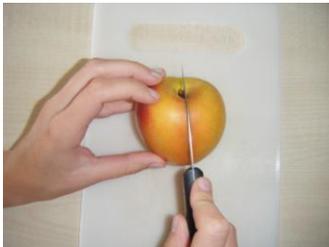
Schneide dann mit dem **Krallengriff** jedes der Stücke in dünne Scheiben.



Jetzt bist du mit dem Schneiden fertig und kannst deine Birnenscheiben mit dem Obst deiner Gruppenmitglieder in der Glasschüssel mischen.

# Arbeitsanweisung

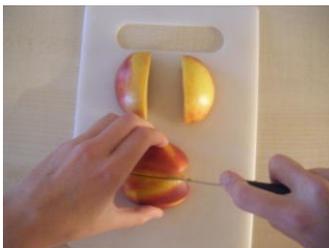
## Wie schneide ich die Nektarine?



Schneide die Nektarine rundherum bis zum Kern an.



Drehe dann die Hälften gegeneinander, so dass du zwei Hälften erhältst. Falls der Kern in einer Hälfte stecken bleibt, entferne ihn mit einem Teelöffel oder bitte deine Lehrerin um Hilfe.



Lege die Hälften mit der Auflagefläche auf das Brett und schneide sie mit dem **Tunnelgriff** in der Mitte durch, so dass du vier gleich große Stücke erhältst.



Wende den **Tunnelgriff** an und schneide jedes der Viertel in der Mitte durch, so dass du acht gleich große Stücke erhältst.



Lege die Stücke mit der Auflagefläche auf das Brett.

Schneide dann mit dem **Krallengriff** jedes der Stücke in dünne Scheiben.



Jetzt bist du mit dem Schneiden fertig und kannst deine Nektarinscheiben mit dem Obst deiner Gruppenmitglieder in der Glasschüssel mischen.

# Wortsalat



Als Vorspeise vor dem Obstsalat gibt es erst einmal Wortsalat.

Um abwechslungsreich formulieren zu können, suche für die folgenden Wörter jeweils drei Entsprechungen\*.

Wörter, welche die gleiche oder ähnliche Bedeutung haben, nennt man Synonyme.

schälen		

Zu den Synonymen *pellern, abziehen, häuten* siehe Zusatzinfo!

schneiden		

in Stücke schneiden		

kochen		

dekorieren		

Für bestimmte Lebensmittel und Zubereitungsarten gibt es weitere Spezialbegriffe. Das beste Nachschlagewerk ist ein Kochbuch.

# Wortsalat



Als Vorspeise vor dem Obstsalat gibt es erst einmal Wortsalat.

Um abwechslungsreich formulieren zu können, suche für die folgenden Wörter jeweils drei Entsprechungen\*.

Wörter, welche die gleiche oder ähnliche Bedeutung haben, nennt man Synonyme.

schälen	die Schale entfernen
	die Schale abziehen
	die geschälte Orange

Zu den Synonymen *pellern, abziehen, häuten* siehe Zusatzinfo!

schneiden	ab-, zer-, durchschneiden
	stückeln
	teilen

in Stücke schneiden	zerkleinern
	würfeln
	halbieren, vierteln

kochen	sieden, brühen
	köcheln, garen
	aufkochen, weich kochen

dekorieren	garnieren
	verziern
	hübsch anrichten

Für bestimmte Lebensmittel und Zubereitungsarten gibt es weitere Spezialbe-griffe. Das beste Nachschlagewerk ist ein Kochbuch.

# Schälen oder Pellen?



Hast du dich auch schon einmal gefragt, was der Unterschied zwischen Schälen und Pellen ist. Warum schält man Kartoffeln, pellt sie aber, wenn sie mit der Schale gekocht wurden. Wo werden Eier gepellt und wo geschält? Werden Bananen geschält oder gepellt?

Die Antwort auf diese Fragen ist gar nicht so leicht. Häufig werden die Wörter synonym also gleichbedeutend verwendet. Zumindest ist das Resultat immer das Gleiche. Es geht um das Entfernen der äußeren Schicht oder Schale. Beim Schälen wird hierzu ein Werkzeug wie ein Schälmesser oder eine Ziehklinge verwendet. Pellen ist meist Handarbeit, vor allem, wenn die äußere Schicht nur sehr dünn ist.

Neben Pellen wird auch der Begriff Abziehen verwendet.

Eine Tomate wird beispielsweise abgezogen. Das heißt, es wird die äußere Haut mit einem Messer entfernt.

Um die Sprachverwirrung komplett zu machen, gibt es regionale Unterschiede beim Gebrauch der Wörter. Während in Norddeutschland die Eier gepellt werden, werden sie in Süddeutschland und Österreich geschält.

Auch in Sprichwörtern finden sich Unterschiede. Jemand sieht aus, wie aus dem Ei gepellt. Oder jemand schält sich aus seiner Kleidung.

- Aufgabe:
1. Erkläre deiner Tischnachbarin, deinem Tischnachbarn nun den Unterschied.
  2. Überlegt gemeinsam, was die Sprichwörter bedeuten.
  3. Überlegt, wie es bei sonnenverbrannter Haut, die sich ablöst, heißen muss.

-----SPEZIAL-----SPEZIAL-----SPEZIAL-----SPEZIAL-----SPEZIAL-----

**Frage:** **Wie ist es möglich, ein rohes Ei von seiner Schale zu befreien, ohne es zu verletzen?**

**Anleitung:** Führe ein Experiment durch und lege ein Ei über Nacht in ein Glas mit Essigessenz. Beschwere es mit einem Löffel, damit es ganz von der Säure bedeckt ist. Bitte vorsichtig, es sollten keine Säurespritzer in Kontakt mit der Haut und den Schleimhäuten geraten. Beschreibe deine Beobachtungen. Klärt das Phänomen im Chemieunterricht auf.

## Pizza-Massage

Man braucht:  
eine Partnerin oder einen Partner,  
etwas Platz und freie Hände



Vorbereitung:

Die Partnerin oder der Partner setzt sich rittlings auf einen Stuhl und wendet dem Masseur den Rücken zu oder legt sich auf den Boden und der Masseur kniet sich daneben.

Zubereitung:

Die Tätigkeiten wie beim Pizzabacken werden auf dem Rücken der Partnerin, des Partners ausgeführt:

- den Teig zubereiten, Mehl, Wasser, Öl und etwas Salz zusammenschütten (leicht auf den Rücken trommeln)
- den Teig kneten (die Haut zusammendrücken und die Hautfalten leicht anheben)
- den Teig ausrollen (die Hände zu Fäusten ballen und mit den Fingergelenken über den Rücken gleiten)
- den Teig glätten (mit der Handfläche über den Rücken streichen)
- den Teig nach Wunsch belegen mit Tomaten, Salami, Mais... (an mehreren Stellen mit den Fingerspitzen auf den Rücken tippen und trommeln)
- Käse darüber streuen (die Fingerspitzen schnell auf- und abbewegen und über den Rücken wandern lassen)
- die Pizza in den Ofen schieben (die warmen Handinnenflächen auf dem Rücken liegen lassen und von 10 runter zählen)
- Ping, die Pizza ist fertig (mit den Handkanten zerschneiden und durch leichtes Zwicken das Aufessen andeuten).

Damit alle in den Genuss der Massage kommen, werden die Rollen jetzt getauscht.