

Inhaltsverzeichnis

Gruppenvertrag	1	4.18 Hühnereier	57
1 Lernbereich Wohnen		4.19 Verarbeitung von Hühnereiern	58
1.1 Wir beurteilen Wohnungsgrundrisse	2	4.20 Öle und Fette: Überblick durch eine Mind-Map – Gedächtniskarte	59
1.2 Farben und Muster verändern den Raumeindruck ..	4	4.21 Gesund durch weniger Fett	60
1.3 Einrichtung eines Zimmers in einer Wohngemeinschaft	5	4.22 Welches Speisefett bzw. Speiseöl wähle ich?	61
1.4 Wir planen eine Kücheneinrichtung	6	5 Lernbereich Ernährung – Ernährung und Gesundheit	
1.5 Arbeitsbereiche in Küchen	7	5.1 Lebensmittelpfehlungen nach DGE auf einen Blick	62
2 Lernbereich Haushalten		5.2 Vollwert-Ernährung – Memospiel	63
2.1 Umweltschutz – Wasser und Energie sparen	8	5.3 Wertvolle Ernährungsform – Kreuzworträtsel	65
2.2 Was wird aus unserem Müll? – Trimino	9	5.4 Was essen Vegetarier?	66
2.3 Müll – eine Gefahr für unsere Umwelt	11	5.5 Unser Wissen über vegetarische Kost – Kreuzworträtsel	67
2.4 Einkauf im Supermarkt	12	5.6 Fit durch fünf kleine Mahlzeiten	68
2.5 Erkundungsspiel: Wer kauft am preiswertesten ein? ..	13	5.7 Wer braucht wie viel Energie? – Energiebedarf	69
2.6 Vorsicht beim Einkauf – Irrgarten	14	5.8 Tägliche Fettzufuhr	70
2.7 Der Umwelt zuliebe – bewusst einkaufen	16	5.9 Übergewicht – Wir erstellen eine Mind-Map	71
2.8 Reklamation – Verbraucherschutz	17	5.10 Übergewicht entwickelt sich durch falsche Essgewohnheiten	72
2.9 Wir erstellen eine Lebensmittelkennzeichnung für Erdbeerquark	18	5.11 Bewusstes Ernährungsverhalten	73
2.10 Wir führen einen Entscheidungsprozess durch: Speisen selbst herstellen oder vorgefertigt kaufen? ..	19	5.12 Gewichtsreduktionsdiäten – Kreuzworträtsel	74
2.11 Geschirrspülen mit der Maschine oder von Hand? ..	20	5.13 Energiereiche und energiearme Lebensmittel – Memospiel	75
2.12 Kosten, Arbeitsaufwand und Geschmack – Speisen selbst herstellen oder vorgefertigt kaufen? ..	22	5.14 Magersucht	77
2.13 Wir überprüfen unser Wissen zum Thema Bedürfnisse – Trimino	23	5.15 Internetrecherche zum Thema Magersucht	78
2.14 Konsum und Schulden	25	5.16 Lebensmittelvergiftungen – wir finden die Ursachen	79
2.15 Haushaltsbuch	26	5.17 Wie konnte es zu einer Salmonelleninfektion kommen?	80
3 Lernbereich Freizeit		5.18 Lebensmittelvergiftung durch Eitererreger – Staphylokokken	81
3.1 Reizüberflutung durch Fernsehen und DVDs/Videos ..	28	5.19 Aflatoxine – verschimmelte Lebensmittel	82
3.2 Entscheidungsprozess – Familienurlaub	29	5.20 Umweltgifte – wie gelangen sie in unser Essen?	83
3.3 Projekt: Wir frühstücken gemeinsam	30	5.21 Lebensmittelqualität – Silberrätsel	84
3.4 Wir schreiben eine Bildergeschichte – Das Frühstück ist das Sprungbrett in den Tag	31	5.22 Zusatzstoffe – Kreuzworträtsel	85
3.5 Tischdekorationen – Schwedenrätsel	32	5.23 Weniger Schadstoffe im Essen – Was kann ich als Verbraucher tun?	86
3.6 Tischdecken – Was wurde falsch gemacht?	33	5.24 Schadstoffe, Zusatzstoffe und Mikroorganismen – Silberrätsel	87
3.7 Regeln für das Tischdecken	34	5.25 Gesundheitsverträglichkeit der Nahrung	88
3.8 Tischdecken – Kreuzworträtsel und Ratekarten	35	5.26 Gentechnik – wie funktioniert das?	89
3.9 Speisen anrichten – so machen wir es richtig	36	5.27 Gentechnisch veränderte Lebensmittel	90
3.10 Speisen appetitanregend garnieren	37	6 Lernbereich Ernährung – Speisenzubereitung	
3.11 Aufbau des Büfetts – welche Fehler wurden gemacht?	38	6.1 Arbeitsplatzgestaltung	91
3.12 Wir servieren Speisen wie Profis	39	6.2 Lebensmittelhygiene	92
4 Lernbereich Ernährung – Nährstoffe und Lebensmittelgruppen		6.3 Unfallgefahren – Unfallverhütung	93
4.1 Wir ordnen Lebensmittel nach ihrem Nährstoffgehalt	40	6.4 Unfallgefahren – Unfallschutzmaßnahmen	94
4.2 ??? Farben und Aufgaben der Nährstoffe	41	6.5 Erste Hilfe – Bilderkreuzworträtsel	96
4.3 Saft, Nektar, Fruchtsaftgetränk – was heißt das?	42	6.6 Rezepte in einzelne Arbeitsschritte zerlegen	97
4.4 Wasser-, Energie- und Vitamingehalt	43	6.7 Bildrezepte in Textrezepte umschreiben	98
4.5 Getreidearten und Getreidekörner	44	6.8 Arbeitsplan für die Zubereitung einer Mahlzeit	99
4.6 Rund ums Getreide – Welches Mikadostäbchen liegt oben?	45	6.9 Arbeitsplan für das Mittagessen	100
4.7 Täglich Vitamine	46	6.10 Möhren-Apfel-Rohkost	101
4.8 Obst und Gemüse – Konservieren durch Tiefgefrieren	47	6.11 Grundtechniken der Nahrungszubereitung	102
4.9 Wie verarbeiten wir Kartoffeln richtig? – Kopfstandmethode	48	6.12 Vorbereitungsarbeiten und Aufbereitungsarten – Kreuzworträtsel	103
4.10 Wir unterscheiden verschiedene Milchsorten	49	6.13 Gartechiken – Steckbriefe	104
4.11 Täglich Mineralstoffe	50	6.14 Wie sollten wir die Lebensmittel nicht zubereiten? – Rösselsprung	106
4.12 Calcium, ein wichtiger Mineralstoff	51	6.15 Gartechiken – Kreuzworträtsel	107
4.13 Würzig statt salzig	52	6.16 Gartechiken – Schwedenrätsel	108
4.14 Fleischlos glücklich?	53	6.17 Einsatz des Dampfdrucktopfes	109
4.15 Fische – Schwedenrätsel	54	6.18 Teige und Massen – Schwedenrätsel	110
4.16 Was weißt du über Fisch? – Kreuzworträtsel	55	Wortsuchrätsel – selbst erstellt	111
4.17 Rätselhaftes zum Thema Jod	56	NASA-Spiel	112
		Ausschneidebogen Küche	Hinterer Umschlag