

Kochen für Dich

Lösungen zu den Arbeitsblättern



Ideen für die Auseinandersetzung
mit dem Themenkreis Lebensmittel
und Kochen

Einleitende Worte

Liebe Eltern,

da der Themenkreis des Haushaltens und der Lebensmittelzubereitung unendlich gross ist, möchte ich ein paar Ideen zur Verfügung stellen, welche eine Auseinandersetzung mit dem Thema ermöglichen können. Die Arbeitsblätter eignen sich für Kinder ab 7 Jahre. Gewisse Themen werden vielleicht früher aktuell. Je nach Thema benötigen die Kinder für die Bearbeitung Ihre Erklärungen oder im Hause verfügbare Hilfsmittel dazu. Ich hoffe natürlich, dass ihr dabei viel Spass und Entdeckerfreude habt!

Nina Wegmann Bürki

13.8.13

nivika@gmx.net

PS: Diese Blätter sind für alle frei Verfügbar, dürfen kopiert, weiterverteilt und für sich selber abgeändert werden.

Die Geschmacksrichtungen

Ordne die Lebensmittel dem Geschmack zu wie es für dich stimmt.

süß

Milchschokolade

Erdnussbutter

Mais

Zucker

Ahornsirup

Banane

Mango

bitter

Mandeln

Olive

Radieschen

Meerrettich

Chicorée

Radicchio

Kresse

salzig

Popcorn

Austern

geräucherter Fisch

Bretzel

sauer

Apfel

Zitrone

Grapefruit

Essiggurke

Rhabarber

Kaper

Roh oder Gekocht?

Es gibt Lebensmittel die sowohl roh als auch gekocht gegessen werden können. Andere sind roh ungeniessbar.

Kann roh oder gekocht gegessen werden!

Gefüllte Zwiebel im Ofen geschmort
oder roh kleingeschnitten im Salat

Tomatensauce oder Tomatensalat
Müsli mit Früchten oder Porridge
Gurkensalat oder gedünstete Gurke

Sushi oder gebratenen Fisch
Peperoni-Rohkost oder Peperonata
Brokkoli mit Dip oder Brokkoli Suppe

Zucchini im Salat oder im Ratatouille
Carpaccio vom Rindfilet oder im
Teig eingeschlagen und im Ofen gebacken
Karottensalat oder Karottenlasagne
Salatplatte oder Salatsuppe

Muss zuerst gekocht werden!

Nudeln werden zuerst gekocht
Linsen werden zuerst gekocht

Eier schmecken besser gegart
Kürbis schmeckt besser gegart
Kartoffeln sind besser gekocht

Reis ist leckerer gekocht als roh
Hirse ist bekömmlicher gekocht
Maiskolben werden gekocht

Lauch schmeckt besser gegart
Dörrbohnen müssen kochen

Blätterteig muss zuerst backen

Wörter gesucht

Suche ähnliche /passende Wörter!

Eine Speise essen

schlemmen

schmausen

speisen

tafeln

dinieren

verdrücken

verspeisen

verzehren

Tätigkeiten beim Kochen

schneiden

waschen

rüsten

schälen

rühren

sieben

zubereiten

anrichten

Feste /Einladungen

Familientreffen

Hochzeitsfest

Dienst-Jubiläum

Leidmahl

Geburtstagsfeier

Vereinstreffen

Klassenzusammenkunft

Taufe

Wie hat es geschmeckt?

köstlich

fabelhaft

delikat

lecker

gut

grandios

fein

göttlich

Wie war die Speise gewürzt?

pikant

würzig

scharf

pfeffrig

versalzen

süß

sauer

bitter

kräftig

ausgeglichen

Saison der Gemüse

Saisontabellen findest du unter <http://www.clever-konsumieren.ch/>
ganz unten auf der Hauptseite!

Gericht	Jahreszeit
Rosenkohlsalat mit Speck	Winter
Kohlrabi-Kräuter Gratin	Frühling
Spinatsalat	Frühling
Karotten-Lasagne	Sommer
Tomatensalat	Sommer
Fenchel-Tofu Pfanne	Sommer
Zucchini mit Grünkernfüllung	Sommer
Maisbratlinge	Sommer
Gebratene Selleriescheiben	Herbst
Kürbistravioli	Herbst
Nudeln mit Bärlauch Pesto	Frühling
Spargel Risotto	Frühling
Chicorée Salat mit Orangenfilets	Winter

Farbenspiel

Notiere Gemüse und Früchte zur passenden Farbe!



Blumenkohl, weissen Spargel, Fenchel,
Knollensellerie, Sauerkraut, Saubohnen,
Holunderblüten, Schwarzwurzeln, Zwiebeln



Blattspinat, grüner Spargel, Grünkohl, Erbsen,
Kefen, Bohnen, Salate, Apfel, Trauben, Kiwi,
Sternfrucht, Wirsing, Lauch, Kohlrabi,



Tomaten, rote Johannisbeeren, Radieschen,
Erdbeeren, Maulbeeren, Preiselbeeren, Kirschen



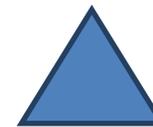
Zitrone, Patisson, Mais, Kartoffel, Ananas, Banane,
Mango, Reine Claude



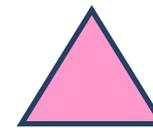
Karotten, Kürbis, Papaya, Physalis, Orange,
Mandarine, Aprikose, Mirabelle, Melone



Schwarze Johannisbeeren, Holunderbeeren,
Brombeeren, Auberginen, Zwetschgen, Kirschen



Blaukraut, Heidelbeere, Trauben, Pflaumen



Himbeere, Grapefruit, Steckrübe

Wer bin ich?

Lese den Text und finde das passende Gewürz dazu.

Ich bin das zweit- teuerste Gewürz der Welt. Ich veredle häufig Süßspeisen. Ihr erkennt mich an den kleinen schwarzen Punkten.

Wie heiße ich? V A N I L L E

Mich kennt Jeder. Ich bin überall als Verzierung drauf. Es gibt mich mit krausen oder glatten Blättern zu kaufen und stamme ursprünglich aus Sardinien. Wer bin ich? P E T E R S I L I E

In der Küche braucht ihr mich meist frisch gerieben in Kartoffelgerichten oder Spinat. Ich habe eine rundliche Form und sehe aus wie eine Nuss. Klar wer gemeint ist, die M U S K A T N U S S

Bestimmt hast Du mich schon einmal geschmeckt, auf einer Pizza oder Spaghetti Sauce. Ich habe kleine aromatische Blättchen die sich gut trocknen lassen. Ich bin ein Multitalent und heiße O R E G A N O

Ich werde als Arzneimittel und als Gewürz verwendet. Wer Sushi mag der kennt mich. Manche Menschen machen aus mir Tee. Ich bin hellhäutig und knorrig. Wie heiße ich? I N G W E R

Ich habe viele Farben. Bienen und Hummeln lieben mich. Man kann mit mir würzen oder einen Tee bei Halsweh herstellen. Ich passe wunderbar zu Saltimbocca oder Spaghetti mit Knoblauch und S A L B E I

Nationalgerichte

Hier sind Gericht und Land richtig Dargestellt

Basler Mehlsuppe

Rollmops

Insalata di frutti di mare

Rheinischer Sauerbraten

Dorade rosée provençale

Sachertorte

Tapas

Piccata

Palatschinken

Sopa de ajo

Quiche marseillaise

Fish and Chips

Boiled leg of lamb

Schweiz

Deutschland

Italien

Deutschland

Frankreich

Österreich

Spanien

Italien

Österreich

Spanien

Frankreich

England

England

Lagertemperaturen

Hier sind die richtigen Temperaturen zum Produkt

Eier

+2/+4 ° C

Süssspeisen

+4/+5° C

Getränke

+8/+10° C

Fleisch und Wurst

0/+2° C

Tiefkühlprodukte

-18/-22 ° C

Milchprodukte

+6° C

Früchte und Gemüse

+4/+6° C

Fische

0/+1 ° C

Label Kunde

Antworten zu den Fragen

Was bedeutet IP im Vergleich zu BIO genau?

Einsatzmittel	Biologischer Anbau	IP Produktion
Spaltenboden		
Schweinemast		
Insektizide	V	E
Akarizide	e	r
Rhomozide	r	i
Herbizide	b	a
Schneckenkörner	o	u
Kunstdünger	t	b
Wachstumsregulatoren	e	t
Embriotransfer	n	
Hybridpflanzen und vieles mehr		

Was bedeutet biologisch-dynamisch genau?

Grundlage des biologisch-dynamischen Landbaus ist die Anthroposophie. Der landwirtschaftliche Betrieb wird als Organismus und Individualität angesehen, der seine eigene Charakteristik hat. Es werden bestimmte spezielle Präparate verwendet, wobei bei deren Ausbringung die „kosmischen Rhythmen“ des Mondes und der Planeten berücksichtigt werden.

Wie wird das gemacht, dass die Delfine nicht geschädigt werden?

Das Treibnetz und das Stellnetz fängt alles ein, was den Kopf durch die Maschen steckt. Neben erwünschten Fischen verfangen sich auch Delphine und andere Meerestiere darin und verenden. Offiziell sind solche Fangmethoden für Thunfisch verboten.

Bedeutet die Bio-Labels von Migros, Coop, Aldi und Lidl die gleiche Qualität Bio wie das originale Knospenzeichen?

Ja. Es gibt so viele Biolabels in der Schweiz, weil die Bio-Suisse sein Knospe-Logo und dem damit verbundenem Bild von hoher Qualität und gesunder Nahrung ungern vergibt. Aldi und Lidl welche sich über einen tiefen Preis definieren, haben sich bisher vergeblich darum bemüht.

Welche Vorteile haben Produzenten die für Max Havelaar herstellen?

Laut Website einen garantierten Mindestpreise in Zeiten tiefer Weltmarktpreise, fixe Prämien für Entwicklungsprojekte und Investitionen in die Qualität und Produktivität, Beschaffungspläne und Vorfinanzierung.

Kreuzworträtsel

Nicht Kabeljau sondern	D	O	R	S	C	H	X
Der Koch trägt in der Küche eine	U	N	I	F	O	R	M
Lange haltbar sind Ravioli in der	B	Ü	C	H	S	E	X
Von welchem Land bekamen wir die leckere Currymischung?	I	N	D	I	E	N	X
Alle Kinder trinken Früchte gerne in Form von	S	I	R	U	P	X	X
Hauptbestandteil der Sauce Napoli ist die aromatische	T	O	M	A	T	E	X
In Österreich gibt es allerlei Sorten	K	N	Ö	D	E	L	X
Ein leckeres italienisches Schichtengericht namens	L	A	S	A	G	N	E
Ein Gulasch mit viel Paprika kommt aus	U	N	G	A	R	N	X
In einen Salat mit Dillsauce kommt feingeschnittene	G	U	R	K	E	X	X

Finde die Worte

Diagonal, Horizontal Vertikal und Rückwärts

K	U	C	H	E	N	G	A	
S	A	R	D	I	N	E	N	
S	I	R	U	P		R	P	
	B	R	O	T		S	A	
	B	L	A	T	T	T	S	
G	N	I	L	Z	T	E	S	
			K	Ä	S	E	E	
Z	L	A	S	A	M	E	N	

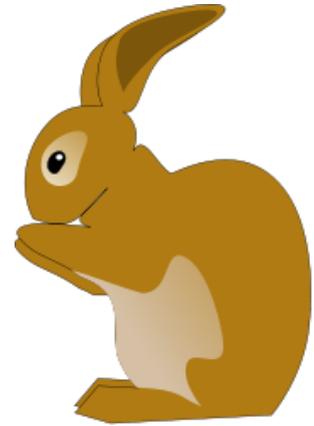


Karotten / Blatt / Käse / Samen / Sardinen / Gerste

Kuchen / Anpassen / Setzling / Salz / Sirup / Brot

Hase kauft ein

Der Hase geht zur Marktfrau um einzukaufen.
Er hat 5 Euro, die er ausgeben möchte. Stelle
ihm drei unterschiedliche Körbe im Wert von
5 Euro zusammen



- 1 Stück Kopfsalat 60c
- 1 Bund Karotten 90c
- 1 Bündel Heu 1.-
- 1 Salatgurke 1.10
- 1 Schachtel Sonnenblumenkerne 1.40



Der Hase kann für 5 Euro jedes Produkt der
Marktfrau einmal einkaufen.

$$0.60 + 0.90 + 1 + 1.10 + 1.40$$



Der Hase kann für 5 Euro zwei Salatgurken,
3 Kopfsalate und 1 Bündel Heu kaufen.

$$2.20 + 1.80 + 1$$



Der Hase kann für 5 Euro zwei Bund
Karotten, 1 Packung Kerne und 3 Kopfsalate
kaufen.

$$1.80 + 1.40 + 1.80$$