

Kochen in der Küche

Info für Lehrpersonen



Arbeitsauftrag	In Gruppen kochen die SuS ein komplettes Menü und geniessen das gemeinsame Essen.
Ziel	Die SuS können ein einfaches Menü nach Rezept kochen.
Material	gemäss Rezept
Sozialform	GA Plenum
Zeit	½ Tag

Kochen in der Küche

Arbeitsunterlagen



Aufgabe: Wir kochen gemeinsam ein 3-Gang-Menü.

Unser Menü

Vorspeise
Gemüse-Dip

Hauptgang
Spaghetti Bolognese

Dessert
Schoko-Pudding-Igel



Gemüse-Dip

Zutaten:

1 halbe Gurke, 1-2 Karotten (oder anderes Gemüse das du magst).

Für den Dip: 1 Becher Joghurt, 1 halben Becher Creme fraiche mit Kräutern

So geht's:

Gurke und Karotten waschen, schälen bzw. putzen und in ca. 1 cm breite und 5 cm lange Stifte schneiden. Crème fraiche und Joghurt in einer Schüssel vermischen.

Tipp: Man kann statt Gemüse auch Cracker verwenden...dann ist es aber kein Gemüse-Snack mehr ;-)



Spaghetti Bolognese

Zutaten für 4 Personen:

1 Paket Spaghetti, 500 g Hackfleisch, 2 Tomaten, Salz, Pfeffer, Petersilie, Olivenöl, 100 ml Sahne

So geht's:

Im Topf das Öl heiß machen. Das Hackfleisch hinzufügen und gut durchbraten, dabei häufig umrühren. Die Tomaten klein schneiden und mit allen Zutaten eine halbe Stunde kochen lassen.

Spaghetti in einem Topf mit Salzwasser 10 Min. kochen lassen, Wasser abgießen.

Tipp: Man kann auch eine fertige Sauce Bolognese nehmen und erwärmen.

Schoko-Pudding-Igel

Zutaten:

Birnenhälften aus der Dose, 1 Pck. Schokoladenpudding, Milch, Mandelstifte, Smarties oder Ähnliches

So geht's:

Lasst die Birnen in einem Sieb gut abtropfen.

Legt sie auf einzelnen Tellern oder einer Platte bereit und tupft sie noch etwas mit einem Küchentuch trocken.

Bereitet gemäss Anleitung auf dem Päckchen mit Milch einen Schokoladenpudding zu.

Gibt den Schokoladenpudding vorsichtig über die Birnen, so dass die Form eines Igels entsteht.

Setzt Smarties als Augen und Schnäuzchen des Igels auf den Pudding-Igel. Steckt zum Schluss Mandelstifte als Stacheln in die Schoko-Birne.

