

Inhaltsverzeichnis

| | | | |
|--|----|--|----|
| Projekt – Wir frühstücken gemeinsam | 1 | 2.11 Wir überprüfen die Energie- und Nährstoffzufuhr | 26 |
| Gruppenvertrag | 2 | 2.12 Memo – Energiereiche und energiearme Lebensmittel | 27 |
| 1 Planung und Organisation eines Haushalts | | 2.13 Wir erstellen Steckbriefe für Lebensmittel | 29 |
| 1.1 Hausarbeit im Team erledigen | 3 | 3 Nahrungszubereitung und Präsentation | |
| 1.2 Umweltschutz – Wasser und Energie sparen | 4 | 3.1 Gelbe-Rüben-Apfel-Rohkost | 30 |
| 1.3 Unfallgefahren – Unfallverhütung | 5 | 3.2 Arbeitsbereiche in der Küche | 31 |
| 1.4 Bilderkreuzworträtsel – Erste Hilfe | 6 | 3.3 Rezepte lesen | 32 |
| 1.5 Wodurch wird der Wert der Lebensmittel bestimmt? | 7 | 3.4 Rezepte in einzelne Arbeitsschritte zerlegen | 33 |
| 1.6 Bewusstes Einkaufen | 8 | 3.5 Arbeitsablaufplan für das Mittagessen | 34 |
| 1.7 Trimino – Was wird aus unserem Müll? | 9 | 3.6 Arbeitsablaufplan für die Zubereitung einer Mahlzeit | 35 |
| 1.8 Wir erstellen ein Etikett für Erdbeerquark | 11 | 3.7 Kopfstandmethode – Wie verarbeiten wir Kartoffeln richtig? | 36 |
| 1.9 Wir unterscheiden verschiedene Milchsorten | 12 | 3.8 Aufbewahren von Lebensmitteln im Kühlschrank | 37 |
| 1.10 Zeichensprache beim Einkauf | 13 | 3.9 Grundtechniken der Nahrungszubereitung | 38 |
| 1.11 Energiesparen mit dem Dampfdrucktopf | 14 | 3.10 Geräte zum Vorbereiten von Lebensmitteln | 39 |
| 2 Vollwertige Ernährung | | 3.11 Arbeitsgeräte bei der Nahrungszubereitung | 40 |
| 2.1 Nährstoffen auf der Spur | 15 | 3.12 Memo – Gartetechniken | 41 |
| 2.2 Wir ordnen Lebensmittel nach ihrem Nährstoffgehalt | 16 | 3.13 Maße und Gewichte | 43 |
| 2.3 Trimino – Zu welcher Lebensmittelgruppe gehört das Lebensmittel? | 17 | 3.14 Was wurde beim Anrichten der Speisen falsch gemacht? | 44 |
| 2.4 Zucker hat viele Namen | 19 | 3.15 Garnieren von Speisen | 45 |
| 2.5 Gedächtniskarte – Mind-Map – zum Thema Fette | 20 | 4 Ess- und Tischkultur | |
| 2.6 Rösselsprung – Welchen Nährstoff enthalten die Lebensmittel? | 21 | 4.1 Tischdecken – Was wurde falsch gemacht? | 46 |
| 2.7 Täglich Vitamine | 22 | 4.2 Wir schreiben eine Bildergeschichte – Das Frühstück ist das Sprungbrett in den Tag | 47 |
| 2.8 Täglich Mineralstoffe | 23 | 4.3 Feste im Jahreskreis | 48 |
| 2.9 Verdauung | 24 | | |
| 2.10 Energiebedarf | 25 | | |

Illustrationen: Gay, Claude-Bernard, Hamburg: S. 2; 11; 15; 21; 25; 26; 33; 47 – Krausen, Scott, Mönchengladbach: S. 24 – newVISION!, www.newVISION-design.de, Pattensen: S. 4; 5; 8; 20; 30; 31; 38; 39; 40; 43; 44; 45; 46

Restliche Illustrationen: Ehmsen, Birgit, Kiel; Schüler, Jeanette, Altenholz

Fotos: Schröder, Ralf, Kiel: S. 14

ISBN 978-3-582-74291-9
Schülerausgabe – 1. Auflage 2008

ISBN 978-3-582-74292-6
Lehrerausgabe mit Lösungen – I/1. Auflage 2008

Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Nutzung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Hinweis zu § 52 a UrhG: Weder das Werk noch seine Teile dürfen ohne eine solche Einwilligung eingescannt und in ein Netzwerk eingestellt werden. Dies gilt auch für Intranets von Schulen und sonstigen Bildungseinrichtungen.

Die Verweise auf Internetadressen und -dateien beziehen sich auf deren Zustand und Inhalt zum Zeitpunkt der Drucklegung des Werks. Der Verlag übernimmt keinerlei Gewähr und Haftung für deren Aktualität oder Inhalt noch für den Inhalt von mit ihnen verlinkten weiteren Internetseiten.

Verlag Dr. Felix Büchner – Verlag Handwerk und Technik G.m.b.H.,
Lademannbogen 135, 22339 Hamburg; Postfach 630500, 22331 Hamburg
E-Mail: info@handwerk-technik.de – Internet: www.handwerk-technik.de

Technische Umsetzung: CMS–Cross Media Solutions GmbH, 97080 Würzburg
Druck und Bindung: Konrad Tritsch, Print und digitale Medien GmbH, 97199 Ochsenfurt