

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