Hauswirtschaft ?
„Toll – da lernst du ja kochen,“ heißt es oft!

Palette, Kochlöffel, Teigschaber, Schneebesen, Raspel & Co

Hallo, liebe Schülerinnen und Schüler!

Im Hauswirtschaftsunterricht wird nicht nur Spaß und Freude am Kochen und Backen vermittelt, sondern auch auf ein selbstständiges Leben vorbereitet.

Die Arbeit in der Schulküche fördert Teamfähigkeit, Verantwortungsgefühl, Zuverlässigkeit und gegenseitige Rücksichtnahme.

Der Unterricht setzt sich aus einem theoretischen und einem hohen praktischen Anteil zusammen.

Hier seht ihr ein paar unentbehrliche Kochutensilien, die in unserer Lehrküche oft zum Einsatz kommen.

Unterrichtsinhalte in den einzelnen Jahrgängen und was euch sonst noch so im Hauswirtschaftsunterricht an der Wiedau-Schule erwartet, erfährst du auf den nächsten Seiten.

Dort findet ihr auch zwei von Schülerinnen und Schülern erprobte Rezepte. Vielleicht habt ihr Lust, diese einmal zuzubereiten.

Guten Appetit !

Einmal wöchentlich treffen wir uns in der großzügigen, modern eingerichteten Lehrküche mit 16 Arbeitsplätzen und 8 Kochzeile. Jede Kochzeile ist mit Spüle, Herd, Backofen und Kochutensilien ausgestattet.

In kleinen Teams aus meist 2 bis 3 Schülerinnen und Schülern werden eigenverantwortlich kleine Speisen und Gerichte zubereitet.

Das anschließende gemeinsame Verkosten und Genießen der selbst zubereiteten Gerichte macht in großer Runde immer sehr viel Spaß.

In den ersten Jahrgängen geht es um …

Nahrungs-zubereitung

Anrichten von Mahlzeiten

Arbeiten nach Rezept

Messen und wiegen

Technische Geräte

Umweltbewusst spülen

Zubereitung von Gebäck

Zubereitung leckerer Speisen

Unfallvermeidung

Tischkultur

Garverfahren

Müllvermeidung

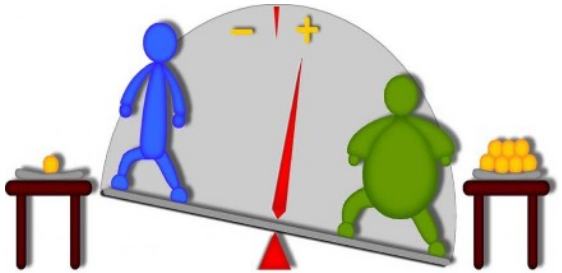
Schneidetechniken

Hygiene

Mittlerweile Küchenprofis, dann geht es auch um…

Ernährung und Gesundheit

Nahrung und Nährstoffe

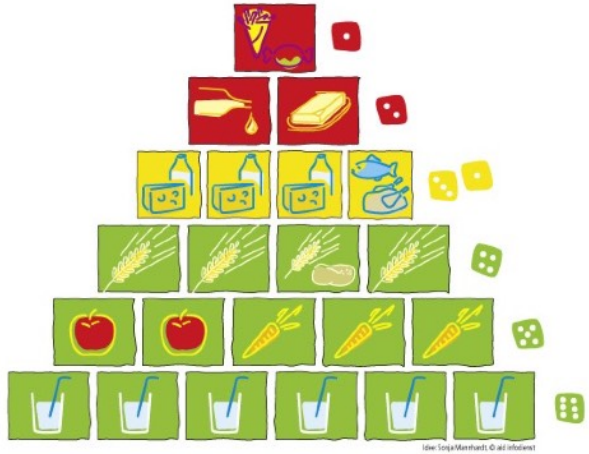


Energiebedarf

Lebensmittelgruppen

Mit den Sinnen genießen

Ballaststoffe sind cool



Ernährungspyramide

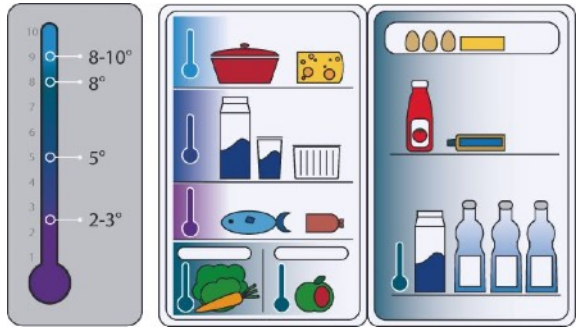
Hier gucken wir auch mal hinter die Kulissen …

Lebensmittelqualität & Konsumverhalten

Lebensmittelkennzeichnung

Internetrecherche

Einkauf und Lagerung



Supermarkterkundung

NUTRI-SCORE

Slowfood

Fastfood

VEGETARISCH

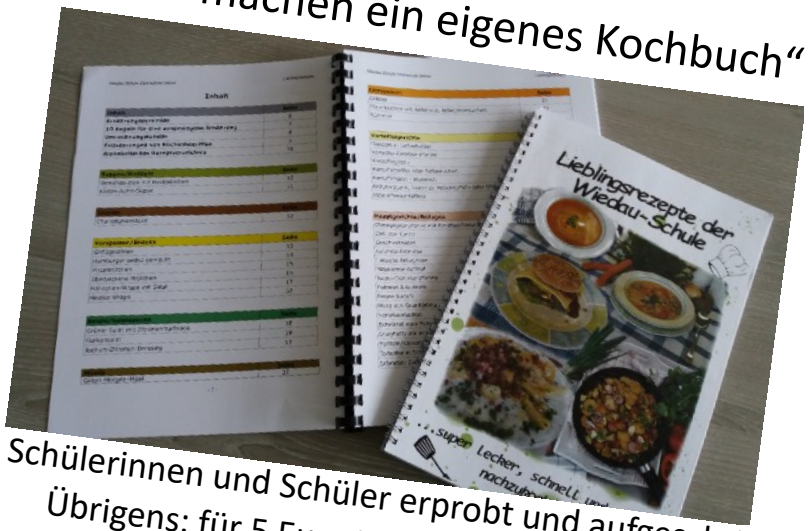
… und auch dafür lassen wir uns begeistern!

Rezepte schreiben und gestalten

Bilder-Rezept: Fotos u. Entwurf von Emely, Louis, Liana u. Fabienne Jg. 10

Pausensnacks und Gästebewirtung

„Wir machen ein eigenes Kochbuch“



Von Schülerinnen und Schüler erprobt und aufgeschrieben.
Übrigens: für 5 Euro in der Schule erhältlich!

Projekte

Marmeladen & Gebäck für den Basar

Schnell gemixt und gesund
für Schul- & Sportfeste

Foto: Schülerinnen und Schüler der Wiedau-Schule

Pizzabrötchen

-für 2 Personen-

Zutaten:	Arbeitsschritte
	1. Backofen auf 180°C Umluft vorheizen und Backblech mit Backpapier belegen.
2 Vollkorn-Brötchen	2. Brötchen durchschneiden.
2 Sch. Salami	3. Salami in feine Würfel schneiden.
30 g Gouda	4. Gouda fein raspeln.
1/4 Paprika, rot	5. Paprika waschen und fein würfeln.
1 EL Mais, ca. 4 EL Sahne ca. 1 TL Pizzagewürz	5. Mais, Sahne und Pizzagewürz mit den Salamiwürfeln und dem Gouda gut verrühren.
frischen Schnittlauch, in feine Röllchen geschnitten	6. Die Masse auf die vier Brötchenhälften streichen. Im Backofen ca. 8 Minuten überbacken. Die Brötchenhälften nach dem Backen mit dem Schnittlauch bestreuen.

Guten Appetit