



SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Kochen lernen in der Schule

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



Inhalt

Vorwort an die Lehrer und Lehrerinnen	4
Zum Sozialverhalten	4
An die Kinder	6
Brotaufstriche	9
Salate	16
Suppen	23
Soßen	29
Aus Kartoffeln und Korn	35
Gemüse	43
Fleisch, Wurst und Fisch	49
Warme Süßspeisen	54
Nachspeisen	60
Pikantes Gebäck	68
Süßes Gebäck	75
Reime, die Kinder beim Kochen gerne mitsprechen	86
Alphabetisches Rezeptverzeichnis	89



Vorwort an die Lehrerinnen und Lehrer

Zum Sozialverhalten



Wenn wir mit Kindern zusammen kochen, befinden wir uns alle auf einer Ebene. Wir machen Teamarbeit. Wir beziehen die Kinder in die Arbeitswelt der Erwachsenen mit ein. Sie erleben, wie etwas hergestellt wird, das man sehen, zeigen, essen kann und das etwas wert ist. Beim Kochen ergeben sich oft gute Gespräche, auch und gerade über Probleme, die schon längst einmal diskutiert werden sollten.



Beim Vorbereiten und Kochen beobachten die Kinder vielerlei: Veränderungen an Farbe, Aussehen, Form, Geschmack, Geruch. Sie lernen warten und abwarten, bis die Schnitzel gebraten, die Kartoffeln gar und die Brötchen gebacken sind. Abwarten können und Geduld haben sind wichtige Voraussetzungen für das Gelingen eines Essens. Beim Tischdecken üben die Kinder das Abzählen des Geschirrs und des Bestecks. Außerdem wird das Raumlage-Denken (rechts – links – oben – unten) geschult.

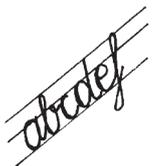


Von Tischsitten und -ordnung ist oft die Rede. Das fängt z. B. mit dem Abwarten an, bis sich alle von den Speisen genommen haben, und setzt sich in vielen weiteren Details fort. Das sind zwar nur Kleinigkeiten, aber sie prägen entscheidend Verhalten und Denken. Am Familientisch erleben die Kinder, dass jeder Mensch auch verschiedene Bedürfnisse hat und darauf Rücksicht genommen werden muss, z. B.: Das kleine Geschwisterchen braucht noch Breikost, der Erstklässler mit Zahnlücken kann schlecht vom Apfel abbeißen und die Großmutter hat vielleicht Magenschmerzen.



Kein Fest ohne Festessen! Es müssen aber nicht immer die großen Ereignisse sein; ein Geburtstag, ein Grillabend, ein Besuch von Verwandten oder Freunden sind bereits Anlass genug, ein schmackhaftes Mahl zuzubereiten.

Zur Handmotorik



Eine Vielzahl verschiedenster handmotorischer Tätigkeiten sind in diese Rezepte integriert. Jede Tätigkeit erfordert ein anderes Empfinden, beansprucht andere Muskeln. Beim Schneiden z. B. werden unterschiedliche Erfahrungen bezüglich der Beschaffenheit des Lebensmittels und des Krafteinsatzes gemacht.

Nach einem längeren Zeitraum und ein bisschen Übung wird die Handmotorik der Kinder verbessert, die Hände und Finger werden geschickter und die Kinder bekommen mehr Kraft und Gespür.

Zur Sinneswahrnehmung



Nach unseren Erfahrungen gibt es wenige Bereiche, bei denen ähnlich viele Sinne gleichzeitig gebraucht werden wie beim Kochen. Es sind vor allem die Sinne, die sonst kaum beansprucht werden. Bei vielen Rezepten sind extra Hinweise angegeben, welche Sinne vorzugsweise angesprochen sind.

Kochen mit Kindern, die an ADS (= Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom) leiden



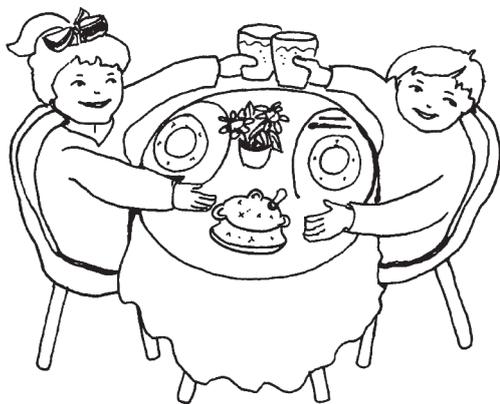
Es ist erstaunlich, dass Kinder, die sehr unruhig sind und sich schlecht konzentrieren können, beim Kochen und Backen gerne mithelfen, mitarbeiten, über einen längeren Zeitraum hin durchhalten und sich über Erfolge freuen können. Behutsam bestreichen sie Plätzchen, formen Klößchen, achten darauf, dass die Brote bunt belegt sind, der Nachtschisch schön garniert und der Tisch hübsch gedeckt sind. Sie passen auf, dass die Fladen rund und die Waffeln nicht zu dunkel werden. Viele von ihnen haben einen ausgeprägten ästhetischen Sinn, der hierbei besonders angesprochen wird und sich entfalten kann. Viele dieser Kinder finden hier ein Gebiet, in dem sie ihre Fähigkeiten sinnvoll und erfolgreich einsetzen können.

Um Missverständnisse auszuschließen



Auffälligkeiten, Störungen oder Behinderungen bei Kindern müssen von Fachleuten diagnostiziert und therapiert werden. Kochen kann jedoch eine Hilfe sein. Über positive Ergebnisse diesbezüglich wird häufig von Eltern und in Fachkreisen berichtet.

An die Kinder



Das Kochen soll dir Spaß machen!

Wenn du dich unsicher fühlst, dann bitte einen Erwachsenen, mit dir zu kochen.



Kochen zu erlernen braucht Zeit!

Genauso viel Zeit wie das Erlernen einer Fremdsprache oder das Spielen eines Instruments.

Nach dem Kochen folgt das Genießen!

Freue dich, wenn es dir gut gelungen ist und es dir und den anderen schmeckt.

Über die Sinne



Stell dir vor, du kannst ...

deine Eltern und das Haus, in dem du wohnst, nicht sehen! Aber auch keine Sonne, keinen Hund, keine Blume, keine Treppenstufen, keine Straße, keinen See!



Stell dir vor, du kannst ...

nicht die Stimme deiner Mutter, keinen Vogel, keine Musik hören. Du verstehst nicht, wenn jemand sagt, dass morgen der Nikolaus kommt, oder wenn du zu einem Geburtstag eingeladen wirst!



Stell dir vor, du kannst ...

keine Blüten, kein frisch gebackenes Brot, keine Bratwürste, kein Heu, keine Seife riechen! Aber auch keine Abgase und keine Giftstoffe!



Stell dir vor, du kannst ...

nichts schmecken! Kein Schokoladeneis, keine Spaghettisoße, keinen Erdbeerkuchen, kein Schnitzel! Aber auch keine schlecht gewordenen Lebensmittel!



Stell dir vor, du kannst ...

nichts spüren und nichts fühlen mit den Händen, dem Mund, der Zunge! Du hättest kein Gefühl, wenn du einen Teddy-Bär, einen Lego-Stein, eine Zeitung, ein Kissen, deine Wimpernhaare anfasst oder eine Katze streichelst. Du würdest auch nichts bei Verbrennungen oder Verletzungen spüren!

Die Sinne sind das Tor zu unserem Körper, unseren Mitmenschen und zu allem, was uns umgibt. Ohne Sinne wären wir sehr hilflos.

Über das Wissen



Wer viel weiß, sieht mehr, hört genauer hin, probiert aus, will mehr erfahren, fragt viel.

Habe den Mut, viel zu fragen. Wer Bescheid weiß, tut sich leichter, das wirst du auch beim Kochen merken.

Gute Fachbücher und Sendungen im Fernsehen helfen dir dein Wissen zu erweitern. Das Wichtigste ist aber, dass du aufmerksam beobachtest, staunst, fragst, lernst, neugierig bist und bleibst.

Deine Hände



Überlege einmal, was deine Hände beim Kochen alles tun. Es sind ganz verschiedene Tätigkeiten wie Schälen, Schneiden, Drehen, Rollen, Ausstechen und Abzupfen. Ist dir bewusst, dass beim Schneiden die eine Hand hält, während die andere sich bewegt?

Je mehr du mit deinen Händen arbeitest, desto beweglicher, geschickter und flinker werden sie. Du lernst auch gleichzeitig, wann und wo du mehr oder weniger Kraft brauchst, und bekommst mehr Gespür für die einzelnen Arbeitsschritte.

Von Augen und Händen



Deine Augen müssen immer die Handarbeit begleiten, nach rechts, links, oben und unten mitgehen, in die Nähe und Ferne schauen, Abstände und Farben erkennen und unserem Gehirn melden, ob z. B. die Plätzchen schon die richtige Farbe haben, sprich durchgebacken sind.

Denk- und Merkfähigkeit



Beim Kochen musst du an vieles denken und prägst dir deshalb vieles ein. Du planst und weißt, in welcher Reihenfolge was zu tun ist, wie Tomatensoße schmecken soll, wie viel Wasser du brauchst, wie du den Pfannkuchen wendest oder den schmutzigen Topf reinigst und was passiert, wenn du Salz mit Zucker verwechselst.

Konzentration



Vergisst du den Brei auf der heißen Herdplatte umzurühren, brennt er am Topfboden an. Lässt du die Eier zu lange kochen, werden sie hart. Kochen die Äpfel zu lange, zerfallen sie. Gibst du in die Suppe zu viel Salz, mag sie niemand essen.

Das Schönste und Wichtigste



... ist natürlich das Essen. Es soll für alle, die mitessen, schön und ein Höhepunkt des Tagesablaufs sein. Das gibt allen Beteiligten das Gefühl, dass man zusammengehört, füreinander da ist und Zeit hat. Hier wird erzählt, sich mitgeteilt, zugehört und Anteil genommen an dem, was der andere macht.

Merkst du, wie häufig das Wort „teilen“ darin vorkommt?

„Teilen“ heißt nicht nur, dass man etwas gibt, sondern dass man auch etwas bekommt.

Das gemeinsame Mahl nimmt in der Familie eine besondere Stellung ein, ihm kommt eine große Bedeutung zu.

Wenn du jemanden zum Essen einlädst, hast du gleich noch mehr Spaß daran. Sei dir bewusst, dass deine Mithilfe beim Kochen ein wichtiger Beitrag für die Familie, Gruppe oder Klasse ist.



*Ärmel hochkrempeln,
Hände mit Seife waschen,
bürsten und abtrocknen,
Kochschürze umbinden!*

Und nun geht's los!

Brotaufstriche

Kräuterbutter

Eieraufstrich

Tomatenaufstrich

Bunter Aufstrich

Frischkäse-Kugeln

Schinkenquark

Brotecken

Bunt belegte Brötchen

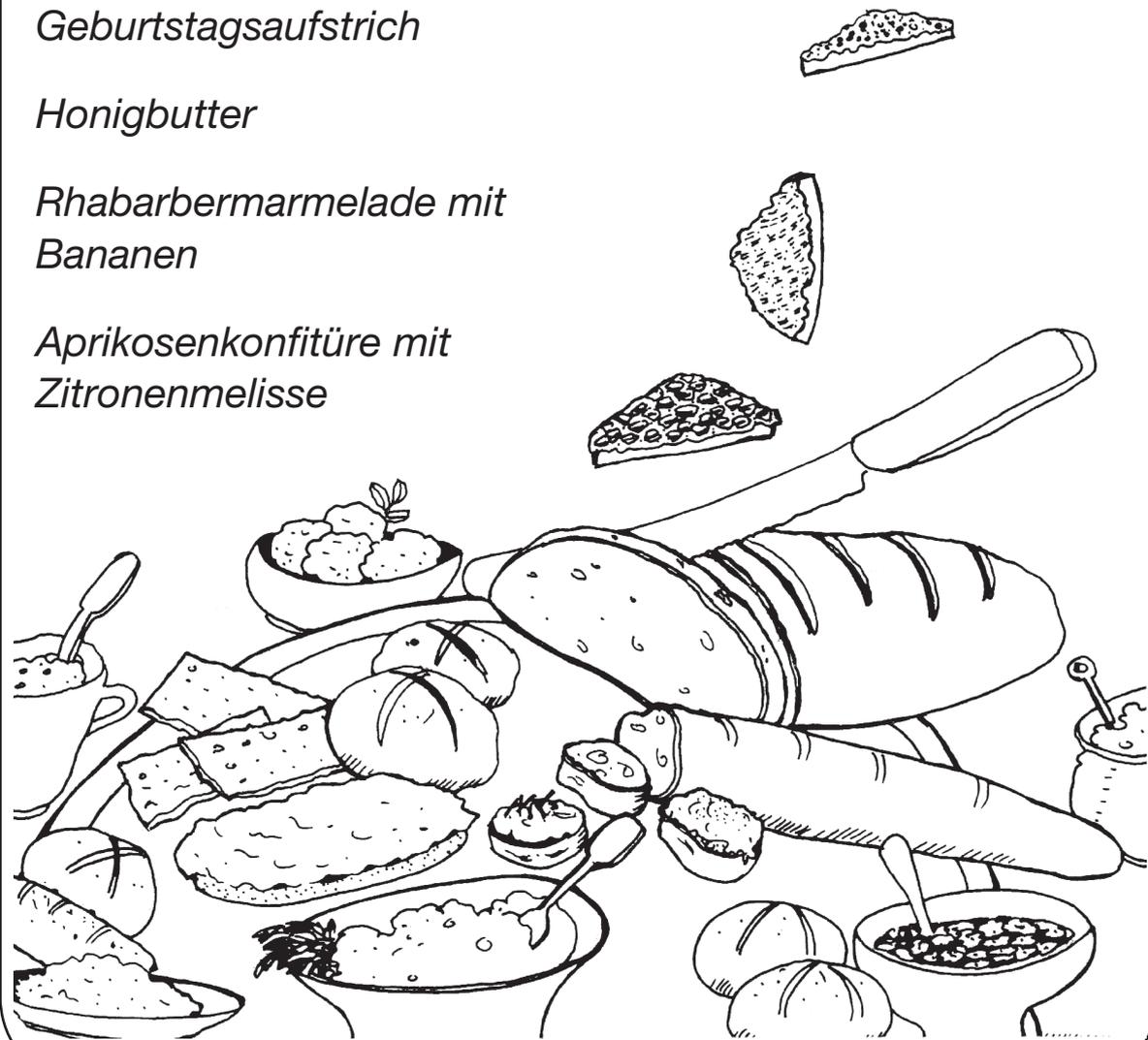
Geburtstagsaufstrich

Honigbutter

*Rhabarbermarmelade mit
Bananen*

*Aprikosenkonfitüre mit
Zitronenmelisse*

***Pikante und süße
Brotaufstriche für Brot,
Brötchen, Baguettes,
Fladenbrot und Hefezopf***



SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Kochen lernen in der Schule

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

