

Name:

Datum:

Koch / Köchin: Speisen aus pflanzlichen Rohstoffen

Meine Ziele: Ich kann...

- pflanzliche Rohstoffe zu Beilagen oder eigenständigen Gerichten verarbeiten und diese anrichten
- nach Rezepturen - unter Berücksichtigung von Putz- und Garverlusten - Warenanforderungen erstellen
- Rohstoffe nach Qualitätsmerkmalen beurteilen
- bei der Lagerung sowie der Vor- und Zubereitung produktangemessene Verfahren anwenden
- bei der Vor- und Zubereitung besonders auf die Werterhaltung der Lebensmittel achten
- Soßen und Würzmittel - insbesondere Kräuter - einsetzen, um Gerichte zu variieren und den Genusswert zu erhöhen
- Arbeitsschritte nach ökonomischen und ökologischen Gesichtspunkten planen und ausführen
- lebensmittelrechtliche Vorschriften einhalten
- die Arbeitsergebnisse selbständig kontrollieren und bewerten
- verschiedene vegetarische Kostformen unterscheiden und entsprechende Gerichte zubereiten
- verschiedene vegetarische Kostformen nach Kriterien der Vollwertigkeit beurteilen
- den Einsatz von Convenienceprodukten bewerten
- Berechnungen durchführen
- bei der Gästeberatung über das Angebot von Speisen aus pflanzlichen Rohstoffen - auch in der Fremdsprache - mitwirken

Mein Auftrag:

1. Schätzen Sie ihre Kenntnisse und Fähigkeiten zu Speisen mit pflanzlichen Rohstoffen ein.
2. Kreuzen Sie in der Zeile „**Mein Stand vorher**“ zwischen ☹️ und 👍 an, wie weit Sie Ihre Ziele zu Speisen mit pflanzlichen Rohstoffen vor der Bearbeitung ihrer Lernaufgabe erreicht haben.

Mein Stand vorher	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

3. Bearbeiten Sie jetzt Ihre Lernaufgabe.
Nutzen Sie hierzu auch die Absprache mit Personen aus Ihrem Betrieb oder der Schule.
4. Kreuzen Sie nach dem Abschluss der Bearbeitung Ihrer Lernaufgabe in der Zeile „**Mein Stand nachher**“ zwischen ☹️ und 👍 an, wie weit Sie Ihre Ziele zu Speisen mit pflanzlichen Rohstoffen durch die Bearbeitung der Lernaufgabe jetzt erreicht haben.

Mein Stand nachher	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

5. Besprechen Sie Ihre Entwicklung mit Personen aus Ihrem Betrieb oder der Schule.
6. Überlegen Sie, welche Inhalte bei der Bearbeitung Ihrer Lernaufgabe vorgekommen sind. Kreuzen Sie an.

Diese Inhalte kamen bei der Bearbeitung meiner Lernaufgabe vor:

- | | |
|--|--|
| <input type="radio"/> ... Hülsenfrüchte (Marktangebot, ernährungsphysiologische Bedeutung, Verwendungsmöglichkeiten, Qualitätsmerkmale und Lagerung) | <input type="radio"/> Soßen und Würzmittel |
| <input type="radio"/> Vor- und Zubereitungen | <input type="radio"/> Convenienceprodukte |
| <input type="radio"/> Präsentationsformen | <input type="radio"/> Rechtsvorschriften |
| <input type="radio"/> Anrichteweisen | <input type="radio"/> Berechnungen (Rezepturen, Mengen, Kosten, Erträge) |
| | <input type="radio"/> Fachsprache |
| | <input type="radio"/> Fremdsprache |

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Soja – Vom Acker auf den Teller
Ein Unterrichtskonzept des Soja-Netzwerks

Name:

Datum:

Koch / Köchin: Speisen aus pflanzlichen Rohstoffen

Meine Lernaufgabe, die mich meinen Zielen näherbringen wird

1. Recherchieren Sie nach Zutaten, Convenienceprodukten, Saucen und Würzmitteln, die aus Soja hergestellt werden. Erstellen Sie für diese Soja-Lebensmittel Steckbriefe (Herstellung, Bezugsquellen, Verwendung, Qualitätskriterien, Esskultur, Ernährung...). Suchen Sie auch nach den Vokabeln für diese Speisen und Zutaten in zwei Fremdsprachen, die häufig die Muttersprache von Gästen Ihres Betriebes sind.
2. Schlagen Sie Speisen mit Soja-Lebensmitteln vor, die das Angebot Ihres Betriebes für Mahlzeiten in verschiedenen Kostformen (Mischkost und vegetarische Kostformen) erweitern können.
3. Bereiten Sie eine Auswahl dieser Speisen zu. Richten Sie diese Speisen attraktiv an. Dokumentieren Sie die Herstellung und das Ergebnis (z.B. als kommentierte Fotostrecke mit dem Smartphone).
4. Wählen Sie aus diesen Speisen die Speise aus, die besonders gut zum Angebot Ihres Betriebes passt. Beachten Sie dabei auch Kosten, betriebliche Arbeitsabläufe und eine gute Eignung als Angebot für Gäste Ihres Betriebs, die Wert auf vegetarisches und vollwertiges Essen legen.
5. Bereiten Sie diese Speise in Absprache mit Ihrem Betrieb einmal in einer größeren Anzahl an Portionen (z.B. als Kostprobe für Kolleginnen und Kollegen) zur Erprobung der Speise zu. Dokumentieren Sie Mengen, Arbeitsabläufe, Arbeitszeit, Qualitätsmerkmale.
6. Erstellen Sie für diese Speise ein Rezeptblatt für die Rezeptsammlung Ihres Betriebes.

Dazu können gehören: Zutaten, Bezugsquellen der Zutaten, Rohstoffmengen für die in Ihrem Betrieb typischen Anzahlen an Portionen, Beschreibung der Arbeitsschritte, Garzeiten und -temperaturen, Aufwand an Arbeitszeit, Arbeitsplan, Dokumentation der betrieblichen Qualitätsstandards (z.B. Portionsgröße, Geschirr, Garnitur...), Beschreibung der Attraktivität und der Vorzüge der Speise (Sensorik, gesunde Ernährung, Bioqualität, regionale Erzeugung, ökologische Aspekte), Einsatzmöglichkeiten, Eignung der Speise für Anlässe, Zielgruppen unter den Gästen oder Aktionswochen, Energie- und Nährstoffwerte.

7. Dokumentieren Sie Ihr Vorgehen. Erstellen Sie einen Bericht oder eine Präsentation über Ihr Vorgehen und die Ergebnisse. Stellen Sie den Bericht oder die Dokumentation im Betrieb oder der Schule vor. Lassen Sie sich hierzu eine Rückmeldung geben.

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Soja – Vom Acker auf den Teller
Ein Unterrichtskonzept des Soja-Netzwerks