

In den letzten Unterrichtsstunden am 02.03.2020 sprachen wir über eiweißhaltige Lebensmittel. Dazu beantworteten Sie im Arbeitsheft auf S. 34 die Aufgaben. Setzen Sie sich mit diesen Inhalten tiefgreifend auseinander.

Erstellen Sie einen Vortrag zu eiweißhaltigen Lebensmitteln von ca. 10 Minuten. Darin sollen folgende Fragen beantwortet werden.

1. Nennen Sie sechs eiweißreiche Lebensmittel.
2. Eiweiße werden in zwei Gruppen eingeteilt. Ordnen Sie die zuvor genannten Lebensmittel den beiden Gruppen zu.
3. Erklären Sie den Begriff „Biologische Wertigkeit“.
4. Nennen Sie vier Speisen-Kombinationen, um eine höhere biologische Wertigkeit zu erzielen.
5. Beschreiben Sie Eigenschaften von Eiweißen, die wir in der Küche nutzen.
6. Gestalten Sie für den Vortrag ein Plakat in der Größe A2. Kleben Sie dazu vier A4 Blätter mit Tesafilm zusammen. Für die Gestaltung empfehle ich neben bunten Farbstiften, Bilder aus Werbeprospekten einzusetzen.
7. Dieser Vortrag mit dem Plakat ist die für den 20.04. geplante Klassenarbeit und ist am ersten Schultag, an dem wir gemeinsam Unterricht haben, zu halten.

Fett ist nicht gleich Fett

8. Fette können nach der Herkunft und der Konsistenz eingeteilt werden.
 - a. Nennen Sie die Einteilungskriterien.
 - b. Ordnen Sie die folgenden Fette entsprechend der Kriterien in die Tabelle ein.
- Butter – Kokosfett – Olivenöl - Fischöl – Schweineschmalz – Rindertalg – Margarine -

Herkunft→		
↓ Konsistenz		

9. Beantworten Sie in Ihrem Arbeitsheft S. 36 die Aufgaben 1 bis 3.
10. Informieren Sie sich im Internet über „versteckte Fette“.
11. Nennen Sie sechs Lebensmittel, die zu den versteckten Fetten zählen.

Viel Erfolg beim Bearbeiten der Aufgaben!