

Liebe Schülerinnen und Schüler der NHH 18!

Ich hoffe, Sie sind mit dem Arbeitsauftrag zu den Nährstoffen Eiweiß und Fett gut zurechtgekommen.

In unseren Lebensmitteln sind allerdings noch viele weitere wertvolle Stoffe, die sehr gut für uns sind. Es handelt sich um die Wirkstoffe Vitamine und Mineralstoffe. Dazu finden Sie Aufgaben im Arbeitsheft.

- 1) Beantworten Sie bitte im **Arbeitsheft auf S. 37** die Aufgaben zu den Themen Vitamine und Mineralstoffe.
- 2) Rechnen Sie bitte folgende Rezepte um.
  - a) Sie wollen für 20 Personen Spargelcremesuppe herstellen. Das Grundrezept ist für vier Personen. Berechnen Sie die benötigten Mengen.

Zutat	Menge für 4 Personen	Menge für 20 Personen
Butter	40 g	
Mehl	40 g	
Flüssigkeit	1,000 l	
Spargel	300 g	
süße Sahne	0,100 l	
Salz	½ TL	

- b) Sie wollen für 12 Personen Frikadellen herstellen. Das Grundrezept ist für vier Personen. Berechnen Sie die benötigten Mengen.

Zutat	Menge für 4 Personen	Menge für 12 Personen
trockene Brötchen	1	
Zwiebel	40 g	
Hackfleisch	300 g	
Senf	½ TL	
Salz	½ TL	
Pfeffer	2 Prisen	

- 3) Erstellen Sie für die Zubereitung des Hackfleischteiges für die Frikadellen eine chronologische Arbeitsschrittfolge.  
Beginnen Sie mit
  - ✓ Hände gründlich waschen
  - ✓ Arbeitsplatz vorbereiten mit ...
  - ✓ Brötchen in einem passenden Gefäß in Wasser/Milch einweichen
  - ✓ Hackfleisch in eine Schüssel geben
  - ✓ ...

Sobald wir uns in der Schule wiedersehen, werden alle bisher an Sie gestellten Aufgaben, Gegenstand des Unterrichts und der Bewertung sein. Daher bitte ich Sie, die Arbeitsaufträge gewissenhaft zu bearbeiten und zum Unterricht mitzubringen.

Viel Erfolg beim Bearbeiten der Aufgaben!