

Wraps mit Hackfleisch

Menge:	Zutaten:	Zubereitung:
1 EL 300g	Sonnenblumenöl Hackfleisch	Zusammen mit dem Hackfleisch in einer Pfanne anbraten.
1 1 große	Zwiebel Knoblauch	Schälen und beides in feine Würfel schneiden.
2	Tomaten	Waschen und in Würfel schneiden.
1 kleine Dose ½ Dose	Mais Kidneybohnen	In einem Sieb abtropfen lassen.
1 EL	Tomatenmark	Gebe es zusammen mit den Zwiebel-, Knoblauchwürfel in die Pfanne und lasse es zusammen mit dem Hackfleisch anschwitzen.
1 TL 1 Prise 1 Prise	Salz Pfeffer Paprika edelsüß	Würze das Hackfleisch.
150g	Frischkäse	In die Pfanne mit einrühren, abschmecken und zur Seite schieben.
4-5	Tortilla- Fladen	Verteilte das Hackfleisch auf dem Tortilla-Fladen. Gib die Tomaten, den Mais und die Kidneybohnen dazu und falte die Tortillas zusammen.

VERARBEITUNG HACKFLEISCH



HYGIENEREGELN:

- 1 Fleisch kühl & zugedeckt lagern!
- 2 Arbeitsflächen nach Berührung mit Fleisch sofort und gründlich reinigen!
- 3 rohes Fleisch nicht in Verbindung mit anderen LM bringen!
- 4 Nach Berührung Hände waschen!
- 5 offene Wunden abdecken!
- 6 Fleisch immer durchbraten!
- 7 Kühlkette nicht unterbrechen!



Hackfleisch (vegan)- Avocado Wraps

Menge:	Zutaten:	Zubereitung:
1 EL 300g	Sonnenblumenöl Hackfleisch (vegan)	Zusammen mit dem Hackfleisch in einer Pfanne anbraten.
1 1 große	Zwiebel Knoblauch	Schälen und beides in feine Würfel schneiden.
1 EL	Tomatenmark	Gebe es zusammen mit den Zwiebel,- Knoblauchwürfel in die Pfanne und lasse es zusammen mit dem Hackfleisch anschwitzen.
1 kleine Dose ½ Dose	Mais Kidneybohnen	In einem Sieb abtropfen lassen und in die Pfanne dazu geben.
1 TL 1 Prise 1 Prise	Salz Pfeffer Paprika edelsüß	Würze das Hackfleisch und stelle es zur Seite.
1 3	Avocado Tomaten	Halbieren, den Stein entfernen, Fruchtfleisch mit einem EL aus der Schale löffeln und in Würfel schneiden. Waschen und in Würfel schneiden.
½ halber	Eisbergsalat	Waschen und in feine Streifen schneiden.
5-6	Tortillia- Fladen	Nebeneinander auf die Arbeitsfläche legen und mit den Zutaten füllen, danach rollen.



Apfel- Crumble im Glas

Menge:	Zutaten:	Zubereitung:
4	Äpfel	Waschen, schneiden, entkernen und in Würfel schneiden. In eine Schüssel geben.
2 EL 1 TL	Zucker Zimt	Dazu geben und in einer Pfanne kurz andünsten, bis sie leicht weich sind.
2 EL	Butter	In einem Topf schmelzen.
5 EL 1 Prise	Haferflocken Salz	In einer Schüssel mit der geschmolzenen Butter mischen.
200g 200 ml 1-2 EL	Frischkäse Sahne Puderzucker	In einer Schüssel glatt rühren. Hinzufügen und alles gut vermischen, bis eine cremige Konsistenz entsteht. Süße nach Geschmack dazugeben. In einen Spritzbeutel füllen.
		In Gläser zuerst eine Schicht der Äpfel geben, gefolgt von einer Schicht Frischkäse – Mischung. Danach kommt eine Schicht des Crumble- Toppings. Wiederhole die Schichten, bis die Gläser voll sind. Stelle die Gläser kühl, bis zur Verzehrung.

Einkaufsliste: Hackfleisch (vegetarisch) - Avocado Wraps, Apfel-Crumble im Glas

Obst & Gemüse

- 4 Äpfel
- 1 Eisbergsalat (1/2 Salat)
- 1 Avocado
- 3 Tomaten

Milchprodukte/Kühlprodukte

- 1 Becher Creme Fraiche
- 200g Frischkäse
- 200ml Sahne
- 300g Veganes Hackfleisch

Konserven

- 1 kleine Dose Mais (3 kleine Dosen)
- 1/2 Dose Kidneybohnen (1 Dose)

Sonstiges

- 1 Packung Tortillia - Fladen

Nonverbale Demonstration: Apfel – Crumble im Glas

Aufgabe für Schüler:

- Aufmerksam beobachten:
- Achtet genau auf die einzelnen Schritte der Demonstration
- Schaut welche Zutaten verwendet werden und achtet besonders auf den Ablauf
- Notizen machen:
- Falls nötig, schreibt euch während der Demonstration Stichpunkte auf, um später es mündlich wiederzugeben

1. Vorbereitung der Zutaten und Materialien

- Alle Zutaten und Utensilien (Messer, Schneidebrett, Pfanne, Schüssel, Löffel, Spritzbeutel, Gläser) sichtbar auf dem Arbeitsplatz platzieren.

2. Zutaten vorbereiten

- Einen Apfel in die Hand nehmen, waschen und mit einem Messer sichtbar schälen
- Äpfel in einer Pfanne andünsten
- Crumble – Topping zubereiten (Haferflocken mit geschmolzener Butter vermischen)
- Frischkäse zubereiten (Frischkäse und Sahne verrühren und Puderzucker dazufügen)

1. Vorbereitung des Spritzbeutels

- Spritzbeutel mit beiden Händen sichtbar hochhalten
- Tülle in den Beutel einsetzen und prüfen, ob sie fest sitzt
- Den oberen Teil des Beutels umstülpen, um ihn leichter befüllen zu können

2. Einfüllen der Creme in den Spritzbeutel

- Die vorbereitete Frischkäsecreme mit einem Teigschaber vorsichtig in den umgestülpten Spritzbeutel geben
- Den Beutel wieder hochklappen und schließen
- Den Beutel leicht eindrehen, um die Creme nach unten zu drücken
- Leicht auf die Tülle drücken, um sicherzustellen, dass die Creme gleichmäßig herauskommt

3. Anwendung des Spritzbeutels im Glas

- Das leere Dessertglas leicht stabilisieren
- Mit einer ruhigen, gleichmäßigen Bewegung die Creme in einer Spirale von außen nach innen spritzen
- Die Schicht gleichmäßig auftragen und darauf achten, dass keine Lücken entstehen
- Die nächste Schicht hinzufügen

Lehrer - Demonstration zum Thema Verwendung Spritzbeutel

(Verbal)

- **Zielvorstellung:** Einen sauber eingefüllten Spritzbeutel um Gläser einfacher und sauberer zu befüllen. Zum verschönern und dekorieren zb. Torten, gefülltes Gebäck.
- Hinweis auf Arbeitsplatz / Arbeitsmittel: Spritzbeutel (wiederverwendbar oder Einweg)
- Verschiedene Tüllen (z. B. Sterntülle, Lochtülle)
- Schaber oder Spatel
- Schüssel mit Füllung (z. B. Buttercreme, Sahne, Kartoffelpüree)
- **Kurze Erklärung:** Zeige die verschiedenen Tüllen und beschreibe ihren Zweck (z. B. Sterntülle für Blumenmuster).

Durchführung Spritzbeutel vorbereiten:

- Demonstriere, wie man die richtige Tülle einsetzt.
- Schneide die Spitze des Beutels auf die richtige Größe zu.

Befüllen des Spritzbeutels:

- Klappe den oberen Rand des Beutels nach außen um, um ihn offen zu halten.
- Befülle den Beutel mit der vorbereiteten Masse (z. B. Buttercreme).
- Zeige, wie man den Beutel ordentlich schließt, um Luftblasen zu vermeiden.

Handhaltung erklären:

- Zeige, wie man den Spritzbeutel hält: Mit einer Hand oben Druck ausüben, die andere Hand führt.

Anwendung vorführen:

- Demonstriere einfache Muster: Punkte, Linien, Ringe, Blumen.
- Zeige, wie man mit konstantem Druck und gleichmäßiger Bewegung arbeitet.

Fehler erklären:

- Zeige häufige Fehler (z. B. ungleichmäßiger Druck, zu große Luftblasen) und wie man sie vermeidet.

- **Herausstellen des Ergebnisses:** Was war unser Ziel, haben wir es erreicht?

Die Creme wurde sauber eingefüllt und es gibt keine unsauberen Stellen.