

1 Unterrichtsverlauf

Ziel: Die Schülerin/der Schüler zählt Qualitätskriterien von einem frischen ganzen Fisch und von Fischfilets auf.
 Die Schülerin/der Schüler verwendet verschiedene Garmethoden bei der Verarbeitung von Fisch.
 Die Schülerin/der Schüler stellt die vorgegebene Speise richtig und selbstständig her, mit dem dazu gehörigen Mise-en-place, unter Verwendung eines Rezeptblattes, mit den richtigen Küchengeräten, in der vorgegebenen Vorbereitungszeit.

Kompetenzen	Lehrstoff/Inhalt	Sozialform/Methode	Lehrmittel	Zeit/Unterrichtsphase
		<p>LV</p> <p style="text-align: center;"><u>Ankommen / Einstimmen</u></p> <p>Ich heiße die SuS willkommen und stelle mich selbst kurz vor. Zusätzlich überprüfe ich die Anwesenheit (den je nach dem muss ich evtl. ein Gericht streichen, wenn zu viele SuS fehlen) und die richtige Arbeitskleidung.</p> <p>Sind die SuS angemessen gekleidet? Wenn etwas von der Kochkleidung fehlt, haben die SuS eine passende Alternative dafür gefunden? (z. B.: Kochmütze fehlt → trägt der/die Schüler/in ein Haarnetz oder ein Kopftuch, etc.?) Ist der Schmuck entfernt? Haare zusammen gebunden? Nägel ab lackiert?</p>	SchülerInnen – liste	5 min. 14:25 – 14:30

		<p>Anschließend teile ich den SuS das Thema der heutigen Kocheinheit mit.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fisch 		
<p>Sozialkompetenz Fachkompetenz Methodenkompetenz</p> <p>Die SuS listen Beachtenswertes beim Einkauf von frischem Fisch auf.</p> <p>Die SuS erwähnen die ernährungsphysiologische Bedeutung von Fisch.</p>	<p>Qualitätskriterien beim Einkauf von frischem Fisch</p> <ul style="list-style-type: none"> • Augen • Kiemen • Schuppen • Schleimschicht • Bauchraum • Geruch • Totenstarre <ul style="list-style-type: none"> • Frische Filets <ul style="list-style-type: none"> ○ Geruch ○ Konsistenz ○ Gräten <p>Fisch in der Ernährung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fetter Fisch • Omega 3 	<p>LSG</p> <p>Vorwissen aktivieren</p> <p>Brainstorming mit der Klasse:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Habt ihr schon einmal Fisch zubereitet? • Worauf müsst ihr achten beim Einkauf von einem ganzen Fisch? <ul style="list-style-type: none"> ○ IB 1 ○ Beispiel an einem Filet vorzeigen • Ist Fisch gesund? Was wisst ihr darüber? <ul style="list-style-type: none"> ○ Kurz auf die ernährungsphysiologische Bedeutung Bezug nehmen <p>Zusätzlich erhalten die Schüler ein Informationsblatt (IB 2) zum Thema „Tranchieren von rohem Fisch“.</p> <p>Alles bitte gleich in die Mappe einordnen</p>	<p>IB 1</p> <p>IB 2</p>	<p>5 min.</p> <p>14:30 –</p> <p>14:35</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • HZK 			
<p>Sozialkompetenz Fachkompetenz</p> <p>Die SuS erklären die verschiedenen Garmethoden bei Fisch.</p> <p>Die SuS kennen die Zubereitungsschritte der Gerichte.</p> <p>Die SuS wissen, was bei der Zubereitung der Speisen zu beachten ist.</p>	<p>Garmethoden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Braten in der Pfanne • Garen im Rohr <ul style="list-style-type: none"> ○ Schmoren • Frittieren <p>Anschließend werden die Gerichte an die SuS von der Lehrperson zugeteilt.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 SuS – Fish and Chips • 3 SuS – Tacos • 2 SuS – Zanderfilet mit Rotweinbutter und Graupenrisotto • 2 SuS – Tandoori-Fisch mit glasiertem Spitzkohl und Linsenpüree • 2 SuS – Nuss-Strudel-Säckchen auf Apfelkompott • 1 SuS – Gewürzmischung 	<p>LSG</p> <p style="text-align: center;">Informieren</p> <p>Die Rezeptblätter werden ausgeteilt.</p> <p>Jedes Rezept wird kurz besprochen und vor allem auf das Beachtenswerte hingewiesen. Zusätzlich werden dabei gleichzeitig die Garmethoden wiederholt.</p> <ul style="list-style-type: none"> • SuS machen sich Notizen 	<p>Rezeptblätter</p>	<p>10 min.</p> <p>14:35 – 14:45</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • 2 SuS – Springer (Abwasch und Tisch bzw. Buffett herrichten) 			
<p>Sozialkompetenz Methodenkompetenz Fachkompetenz</p> <p>Die SuS wenden etwas bereits Erlerntes in einem neuen Kontext an.</p> <p>Die SuS bereiten selbstständig ein fachgerechtes Mise en Place für ihre Speise zu.</p> <p>Die SuS arbeiten selbstständig in den Gruppen und bereiten die Gerichte mithilfe der Rezeptblätter und</p>	<p>Küchenpraxis</p>	<p>PA</p> <p>Verarbeiten</p> <p>Die SuS bereiten mit Hilfe der Rezeptblätter die heutigen Speisen zu.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ich als Lehrperson stehe helfend zur Seite • Ebenso werden bestimmte Arbeitsschritte von mir vorgezeigt 	<p>Rezeptblätter</p>	<p>90 min.</p> <p>14:45 –</p> <p>16:15</p>

<p>mit der Hilfe der Lehrperson zu.</p>				
<p>Sozialkompetenz Methodenkompetenz Fachkompetenz</p> <p>Die SuS reflektieren ihre Arbeiten.</p> <p>Die SuS analysieren ihre Arbeit kritisch und nehmen das Feedback der Lehrperson an.</p> <p>Die SuS erkennen eventuelle Fehler in ihrem Verlauf der Zubereitung und wissen diese beim nächsten Mal zu beheben.</p>	<p>Buffet mit Selbstbedienung</p> <p>1 Gericht wird jeweils angerichtet</p>	<p>Plenum, LSG</p> <p>Auswerten</p> <ul style="list-style-type: none"> • Essenszeit • Wie schmecken die zubereiteten Speisen? • Gibt es Verbesserungsvorschläge von Seitens der KöchInnen? • Tipps und Tricks für das nächste Mal? <p style="text-align: center;">➔ Feedback von der Lehrperson</p> <ul style="list-style-type: none"> • Feedback geben nach dem Burger-Prinzip • Mit etwas Positiven beginnen und enden <ul style="list-style-type: none"> ○ Was ist besonders gut gelungen? ○ Wo könnte es Verbesserungen geben? ○ Was für Tipps und Tricks kann ich als Lehrperson für das nächste Mal den SuS mitgeben? 		<p>30 min.</p> <p>16:15 – 16:45</p>

<p>Sozialkompetenz Methodenkompetenz Fachkompetenz</p> <p>Die SuS entsorgen den Müll ordnungsgemäß.</p> <p>Die SuS reinigen die Küche und Geräte laut den HACCP Richtlinien.</p> <p>Die SuS verstauen die Lebensmittel korrekt und sauber.</p>	<p>Aufräum- und Reinigungsarbeiten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Müll hinausbringen • Aufräumen • Oberflächen putzen (nach HACCP) • Geräte reinigen (nach HACCP) • Geschirr abwaschen (nach HACCP) • Boden kehren • Inventarkontrolle • Lagerung von Lebensmitteln 	<p>LSG, TA</p> <p>Aufräumen + Ausklang</p> <p>Was gehört wohin?</p> <p>Restliche Speisen werden von den SuS selbständig in ihre Büchsen eingepackt.</p> <p>Zum Schluss: → kurze Verabschiedung → erneut Loben</p>		<p>20 min.</p> <p>16:45 – 17:05</p>
<p>Didaktische Reserve</p>		<p><u>Anschließend:</u></p> <p>„Spickzettel“ schreiben: Die SchülerInnen sollen in 5 Minuten einen Spickzettel erstellen, der eine kurze</p>	<p>Kleine Zettel</p>	

		<p>und prägnante Zusammenfassung zum Überbegriff Fisch (Garmethoden, Fischarten, Qualitätskriterien, Beachtenswertes, ...) gibt. Natürlich ohne IB. Dazu teilt die Lehrperson kleine Zettel aus. Die Spickzettel können anschließend verglichen werden. (Es wird dabei ein Wettstreit entstehen: wer hat den Spickzettel mit den meisten Informationen/mit der kleinsten Schrift/etc.)</p> <p><u>Währenddessen:</u></p> <p>Erstellung eines Becherkuchens.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➔ Zubereitung ist sehr einfach und schnell. (Erklärung erfolgt durch die Lehrperson) ➔ Die Zutaten sind meist fast alle vorhanden. <p>(evtl. Zukauf von einem Becher Sauerrahm)</p>	1 Becher Sauer-rahm	
Break		<ul style="list-style-type: none"> • Eine komplette Speise streichen. <ul style="list-style-type: none"> ○ Z. B. die Gewürzmischung, oder die Fish and Chips • Weniger genau auf die Informationsblätter eingehen • Das Brainstorming zu Beginn stark reduzieren oder durch einen Theorieinput von seitens der Lehrperson ummodelln • Das Dessert wird nicht mehr gegessen, sondern darf jeder zum Schluss dann mitnehmen. 		

Direkte Vorbereitung:

- IB 1 (x14)
- IB 2 (x14)
- Rezeptblätter (x14)
- Einkauf von bestimmten Lebensmitteln
- Einweckgläser klein und Geschenkband (evtl. kleine Aufkleber)

Abkürzungserklärung:

S	Schülerinnen/Schüler
LSG	Lehrer-Schüler-Gespräch
PA	Partnerarbeit
TA	Teamarbeit
LV	Lehrervortrag
AB	Arbeitsblatt
IB	Informationsblatt