



## SchmExperten kochen kompetent: Selbstständiges Variieren ausdrücklich erwünscht

SchmExperten kochen kompetent: Selbstständiges Variieren ausdrücklich erwünscht - Das neue aid-Unterrichtskonzept "SchmExperten in der Lernküche" beinhaltet auch die Zubereitung von warmen Gerichten. Darüber hinaus fördert es selbstständiges Arbeiten und den Erwerb von Alltagskompetenzen. Ziel ist, dass die Schülerinnen und Schüler am Ende der Unterrichtsreihe eine Lebensmittelauswahl im Alltag treffen, die gesundheits- und bedürfnisorientiert ist. Dazu gehört auch, dass sie ihre eigenen Geschmacksvorlieben kennen (lernen) und Möglichkeiten finden, so zu kochen, dass es ihnen schmeckt. Wer Brokkoli nicht mag, kocht einfach das Cremige Kartoffelcurry mit Blumenkohl, Erbsen oder Möhren. Cooler Eistee schmeckt ebenso gut mit Rooibos- oder Kräutertee. Und wenn es mal schnell gehen muss, wird beim Fruchtigen Milchreis der Rundkornreis durch Grieß ersetzt. Unter jedem Rezept stehen verschiedene Vorschläge zum Variieren, die die Kreativität der Jugendlichen anregen. So macht das Ausprobieren richtig Spaß! Durch Variationen erweitern die Jugendlichen nicht nur ihre Küchenkenntnisse, sie erkennen auch, dass ausgewogene Speisen sehr vielseitig gestaltet und auf individuelle Essgewohnheiten abgestimmt werden können. Die Schülerinnen und Schüler lernen verschiedene Geschmacksrichtungen kennen und sehen, welche Auswirkungen einzelne Zutaten auf das Gesamtergebnis haben. So wird ihr Spektrum an Geschmackseindrücken erweitert. Lebensmittel, die vorher weniger beliebt waren, schmecken ihnen nun vielleicht richtig gut. Schließlich bauen die angehenden SchmExperten in der Lernküche auch ihre Selbst- und Sozialkompetenzen aus. Innerhalb der Küchenteams wird jedem ein bestimmter Aufgabenbereich zugeteilt. Durch Expertenrollen werden die Jugendlichen zu Hygienewächtern, Zutatenprüfern und Aufräummanagern. Ein Esskulturrexperte achtet außerdem auf Ess- und Tischregeln, damit einer gelungenen Mahlzeit nichts im Wege steht. Am Ende jeder Unterrichtseinheit werden die selbst zubereiteten Speisen dann gemeinsam, genussvoll und mit viel Stolz gegessen. Melanie Braukmann, Annika Rehm, [www.aid.de](http://www.aid.de) Weitere Informationen zu den SchmExperten unter [www.aid.de/lernen/schmexperten.php](http://www.aid.de/lernen/schmexperten.php) SchmExperten in der Lernküche - Ernährungsbildung in den Klassen 6 bis 8 Unterrichtsmaterial - Medienpaket (inkl. "Die Küchenkartei") Bestell-Nr. 61-3980, Preis: 55,00 Euro Die Küchenkartei Ringordner mit 47 Fotokarten Bestell-Nr. 61-3462, Preis: 15,00 Euro <http://www.aid-medienshop.de> aid infodienst Ernährung, Landwirtschaft, Verbraucherschutz e. V. Heilsbachstr. 16 53123 Bonn Deutschland Telefon: 02 28/ 84 99-0 Telefax: 02 28/ 84 99-177 Mail: [aid@aid.de](mailto:aid@aid.de) URL: <http://www.aid.de>

### Pressekontakt

aid infodienst Ernährung, Landwirtschaft, Verbraucherschutz e. V.

53123 Bonn

[aid.de](http://aid.de)  
[aid@aid.de](mailto:aid@aid.de)

### Firmenkontakt

aid infodienst Ernährung, Landwirtschaft, Verbraucherschutz e. V.

53123 Bonn

[aid.de](http://aid.de)  
[aid@aid.de](mailto:aid@aid.de)

aid ? drei Buchstaben stehen für: Wissenschaftlich abgesicherte Informationen Fach- und Medienkompetenz Und ein kreatives Informationsangebot in den Bereichen "Verbraucher und Ernährung" sowie "Landwirtschaft und Umwelt". Wer informieren will, muss besser informiert sein. Die Vielzahl von Informationen, die täglich auf jeden von uns einstürzt, ist kaum noch zu überblicken. Oft widersprechen sich die Aussagen und verwirren mehr als sie nützen. Gefragt sind Ratschläge, die wissenschaftlich abgesichert sind und sachlich informieren. Der aid hat sich genau das zur Aufgabe gemacht und bietet wissenschaftlich abgesicherte Informationen in den Bereichen "Verbraucher und Ernährung" und "Landwirtschaft und Umwelt". Unsere Aussagen sind unabhängig und orientieren sich an den gesicherten Erkenntnissen der Wissenschaft. In Zusammenarbeit mit Wissenschaftlern und Praktikern sammeln wir Fakten und Hintergrundinformationen, werten sie aus und bereiten sie zielgruppengerecht auf. Unsere Publikationen wenden sich an Verbraucher, Landwirte und Multiplikatoren wie Lehrer, Berater und Journalisten. Der aid ist ein gemeinnütziger Verein und wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Verbraucherschutz, Ernährung und Landwirtschaft finanziert. Sein Auftrag, sachlich und interessenunabhängig zu informieren, ist in der Satzung festgelegt. Beim aid arbeiten namhafte Experten, Praktiker und Medienfachleute zusammen. Informationsmedien, die der aid herausgibt, entsprechen dem aktuellen Stand der wissenschaftlichen Erkenntnisse und vermitteln Wissen zielgruppengerecht und praxisorientiert.