

Fisch & Fleisch Zubereitung

aus/zu:



7.-10. Schuljahr

Axel Gutjahr



Arbeitsheft

Grundwissen

Fisch & Fleisch

Ernährungsbezogenes
Wissen vermitteln



www.kohlverlag.de

**Kohls
Kostprobe**

.. als PDF-Download



Lernen mit Erfolg

KOHL VERLAG



Fisch & Fleisch – Zubereitung

Bei der Zubereitung von Fisch werden oftmals verschiedene (vorwiegend frische) Kräuter verwendet, die diese Speise geschmacklich verfeinern und aufwerten.



Forelle geraten – mit Salzkartoffeln und Salat



Aufgabe 1: *Nachfolgend findest du eine Auflistung von Gartenkräutern, von denen sich die meisten sehr gut zur geschmacklichen Abrundung von Fisch eignen. Lediglich drei Kräuter in dieser Auflistung sind für Fischgerichte nicht/kaum geeignet. Trage in die Tabelle ein, welche Kräuter sich eignen (ja) und welche nicht (nein).*

Kräuter	für Fischgerichte geeignet?	Kräuter	für Fischgerichte geeignet?
Bärlauch		Kümmel	
Basilikum		Liebstockel, auch Maggiekraut genannt	
Bohnenkraut		Petersilie	
Dill		Rosmarin	
Estragon		Salbei	
Kerbel		Thymian	
Knoblauch		Zitronenmelisse	
Küchenzwiebel			



Du kennst sicherlich Hackfleisch. Dabei handelt es sich um Muskelfleisch vom Schwein oder Rind*, welches zumeist mit Hilfe eines Fleischwolfs stark zerkleinert wurde. Regional wird Hackfleisch auch als Gehacktes, Geschabtes, Faschieretes, Gewiegtes, Mett sowie als Haschee bezeichnet.

* Vom Rind wird dieses Produkt häufig auch als Schabefleisch oder Tatar bezeichnet.



Herstellung von Hackfleisch



Aufgabe 2: *Vom Schwein bietet der Fachhandel sowohl ungewürztes als auch gewürztes Hackfleisch an. Das Würzen erfolgte dabei vorwiegend mit Salz, Pfeffer und entweder mit Kümmel oder Knoblauch. Prinzipiell sollte man Hackfleisch immer sehr rasch verzehren beziehungsweise weiterverarbeiten. Wenn das einmal nicht geschehen kann, stellt man schnell fest, dass vor allem mit Knoblauch gewürztes Hackfleisch länger frisch aussieht als ungewürzte Chargen. Recherchiere, woran es liegt, dass mit Knoblauch gewürztes Hackfleisch länger frisch aussieht als ungewürztes.*



Ergänzende Arbeitshefte



Passende Arbeitsblätter für Ihren Unterricht

Der Kohl-Verlag bietet praxiserprobtes Unterrichtsmaterial für alle Schulformen – direkt einsetzbar und differenziert aufbereitet. Ob als Print oder digital: Die Materialien fördern individuelles Lernen und sparen wertvolle Vorbereitungszeit. Profitieren Sie von attraktiven Rabatten, kostenlosen Proben und einem zuverlässigen Service – ideal für Lehrer:innen, Referendar:innen und Pädagog:innen.

- ➔ sofort einsatzbereit
- ➔ mit Lösungen
- ➔ differenziert
- ➔ als Print und PDF verfügbar
- ➔ vieles auch interaktiv als PDF+ erhältlich



weitere Produkte in unserem Shop



Lösung

Ein „Geheimtipp“

Wenn du einmal ein Fischgericht auf mediterrane Art zubereiten möchtest, bieten sich sowohl frische als auch getrocknete Blättchen vom Lavendel an. Deren Geschmack ist leicht herb, mit einer blumigen, ein wenig an Rosmarin erinnernden Note. Allerdings solltest du die Lavendelblättchen immer sparsam verwenden, weil sie eine sehr intensive Würzkraft aufweisen, die schnell andere Gewürze geschmacklich „überdeckt“.



Lavendel

Aufgabe 1:

Kräuter	für Fischgerichte geeignet?	Kräuter	für Fischgerichte geeignet?
Bärlauch	ja	Kümmel	nein
Basilikum	ja	Liebstockel, auch Maggiekraut genannt	nein
Bohnenkraut	nein	Petersilie	ja
Dill	ja	Rosmarin	ja
Estragon	ja	Salbei	ja
Kerbel	ja	Thymian	ja
Knoblauch	ja	Zitronenmelisse	ja
Küchenzwiebel	ja		

Aufgabe 2: Wenn es nicht ausreichend gekühlt wird, neigt rohes Hackfleisch vor allem an seiner Oberfläche schnell dazu, seine frische Färbung einzubüßen. Es wirkt dann „gräulich“ und unansehnlich. Die Verursacher dieser Farbveränderung sind ungeheure Mengen an Bakterien und sonstigen Mikroorganismen, die sich auf dem Hackfleisch relativ schnell ansiedeln und bestrebt sind, dieses zu zersetzen (wobei es mit zunehmender Zeitdauer verdirbt). Knoblauch wirkt stark antibakteriell sowie desinfizierend, wodurch die Mikroorganismen in ihren Aktivitäten gebremst werden und somit das Verderben des Hackfleisches etwas langsamer von statten geht.

Dieses Produkt ist eine Erweiterung zum Arbeitsheft:

Grundwissen Fisch & Fleisch



ab 13,49 €

Das Arbeitsheft ist vorgesehen zum Einsatz in der Sekundarstufe ab Klasse 7. Das Lehrmaterial behandelt das veränderte Ernährungsverhalten der letzten Jahrzehnte, insbesondere den hohen Fleischkonsum in Deutschland im Vergleich zu Fisch. Es bietet einen anschaulichen Überblick über Nutz-, Wildtiere und Fischarten, die für die Ernährung wichtig sind. Die Schüler lernen wichtige Schlachttteile kennen, recherchieren selbstständig und erwerben Wissen zur biochemischen Zusammensetzung von Fleisch und Fisch. Ziel ist es, die Qualität dieser Lebensmittel besser beurteilen zu können. Ergänzt wird das Material durch einfache Rezepte zum Nachkochen.

[Produkt im Shop ansehen](#)



Bildquellen © AdobeStock.com:

britaseifert (Hintergrund), LDarin (Pfeile), fotografikateria (roter Pinselstrich), fendy (Computer-Icon);

S. 2: ExQuisine; S. 3: Maksim, Racamani;

S. 5: Cornelia Gutjahr



Lernen mit Erfolg

KOHL VERLAG