

Aufgabenplan für AES.

Aufgabe 1:

Vervollständige dein Lapbook mit folgenden Themen.

Brauchst du Ideen zur Gestaltung, dann schaue im Internet nach

Beispielen für ein Lapbook.

- Gesundheit - WHO (Definition)
 - Einflussfaktoren auf die Gesundheit (Mind-Map)
 Stress - Stressoren (Was sind Stressoren? Definition und Beispiele)
 - Distress /Eustress (Definition und Beispiele)

Aufgabe 2:

Bekoche deine Familie.

1. Kaufe die benötigten Lebensmittel ein.
2. Koche das Rezept zuhause nach und dokumentiere die einzelnen Schritte mit einem Bild.
3. Füge am Computer deine Bilder und die Arbeitsschritte zusammen.
4. Erkläre wie du bei den einzelnen Arbeitsschritten vorgegangen bist und beschreibe auf was du achten musstest (Sicherheitshinweise).



Badische Kartoffelsuppe mit Würstchen

Menge	Zutaten	Zubereitung	Geräte
350g	Kartoffeln	waschen, schälen, in grobe Stücke schneiden	Messer, Schüssel, Schneidebrett
½ Stange	Lauch	putzen, längs halbieren, waschen, in Stücke schneiden	s. o.
¼ Knolle	Sellerie	waschen, putzen, würfeln	s. o.
1	Karotten	waschen, schälen, würfeln	s. o.
½	Zwiebel	schälen, fein schneiden	s. o.
15g	Margarine	im Topf erhitzen. Die Zwiebel und das restliche Gemüse (ohne Kartoffel) zugeben und andünsten.	Topf, Kochlöffel
0,5 Liter	Wasser	zugeben	Messbecher
1	Brühwürfel	zugeben, Kartoffeln zugeben	
1 Prise	Salz	zugeben	
		Topf auf mittlerer Temperatur ca. 40-50 Minuten köcheln lassen	
		Suppe pürieren	Pürier-Stab
2 EL	Crème fraiche	einrühren	Schneebeesen
2 Stiele	Petersilie	Waschen, fein hacken, darüber streuen	Messer, Schneidebrett
Wer mag:			
	Wasser	Zum Kochen bringen, dann Hitze ausschalten	kleiner Topf
3	Wiener Würstchen	ins nicht mehr kochende Wasser legen, erwärmen Anschließend je nach Wunsch zur Suppe geben	