

Liebe SchülerInnen des Wahlpflichtkurses 7 Hauswirtschaft:

Demnächst wird eine Arbeit geschrieben, auf die euch bitte mit folgenden Aufgaben vorbereitet.

Ihr könnt euch an die vorgeschlagene Wochenaufteilung halten, aber diese auch gerne abändern. Hauptsache, ihr habt nach den Ferien alles abgearbeitet und seid gut vorbereitet!

1. Woche:

1) Lebensmittelkennzeichnung

Nimm dir eine beliebige Lebensmittelverpackung und notiere:

Verkehrsbezeichnung, Hersteller, Nährwertangaben, Zutatenliste und Mengenangabe und wenn vorhanden Werbung, Rezepte und Preis!

Du musst aufzählen können, womit Lebensmittelverpackungen beschriftet werden.

Zum Üben und als **Zusatzaufgabe** kannst du dasselbe mit weiteren Lebensmittelverpackungen machen!

2) Einkaufsfallen

Bei der Supermarkterkundung habt ihr folgende Einkaufsfallen überprüft:

Große und kleine Einkaufswägen, Obst- und Gemüseabteilung im Eingangsbereich, enge Gänge, heller und warmer Markt, Einkaufsrichtung gegen den Uhrzeigersinn, Artikel des täglichen Bedarfs weit auseinanderliegend, teure Produkte in Augenhöhe, Musik, Süßigkeiten an der Kasse, Sonderangebot mitten im Weg, angenehmer Geruch, Kostproben, billigen Produkte oben oder unten im Regal, Wasser und alkoholfreie Getränke im Eingangsbereich, für Kinder attraktive Waren in Greifhöhe an der Kasse, Obst und Gemüse sehen frisch aus.

Diese Einkaufsfallen musst du aufzählen können und erklären können, weshalb der Kunde durch diese Tricks zu Käufen verführt wird.

Zum Einprägen und als **Zusatzaufgabe** kannst du dir kleine Filmchen zu diesem Thema im Internet anschauen unter „Einkaufsfallen“ oder „Käuferfallen“ oder „Tricks der Supermärkte“ oder ähnlichen Stichworten (unter „Videos“).

2. Woche:

3) Kassenbon

Nimm dir einen Kassenbon (falls du keine zu Hause hast, suche dir welche im Internet unter „Kassenbon“-Bilder) und notiere:

Wieviel Geld musste man bezahlen? Mit welchem Geldschein wurde bezahlt? Welchen Geldbetrag bekam man zurück? Wieviel Prozent Mehrwertsteuer zahlen wir für Lebensmittel? Wieviel Euro Mehrwertsteuer ist in der Rechnung enthalten? Wie heißt das Geschäft? An welchem Datum wurde eingekauft?

All diese Fragen musst du in der Arbeit auch beantworten können.

Zum Üben als **Zusatzaufgabe** kannst du dasselbe mit weiteren Bons machen.

4) Bewusst einkaufen

Bitte ordne den *Einkaufstipps* jeweils eine *Begründung* zu und fertige eine Tabelle mit vier Spalten an, in die du die *Einkaufstipps* nach den vier *Begründungen A-D* einsortierst. Alles solltest du in der Arbeit aufzählen und erklären können!

Als **Zusatzaufgabe** kannst du nach weiteren Einkaufstipps und den passenden Begründungen suchen.

Begründung: Ich kaufe bewusst mit Überlegung ein,

A) weil es gesund ist.

B) weil es günstig ist.

C) weil es gut für die Umwelt ist (ohne Plastik, ohne Schaden für Tiere und Natur).

D) Weil es gut für das Klima ist (kurze Transportwege!).

Einkaufstipps:

Ich gehe mit Einkaufstasche einkaufen.

Ich wähle unverpacktes Obst und Gemüse.

Ich wähle Waren aus der Region.

Ich bücke mich auch nach günstigeren Produkten.

Ich kaufe frische Produkte ein.

Ich entscheide mich für Vollkornwaren.

Ich wähle Wattestäbchen aus Bambus.

Ich kaufe feste Seife statt Flüssigseife.

Ich suche Biofleischprodukte aus.

Ich entscheide mich für Obst und Gemüse der Saison.

Ich entscheide mich für zucker- und fettärmere Produkte.

Ich kaufe Eier aus Freilandhaltung ein.

Ich wähle Weidemilch aus.

Ich kaufe reichlich Obst und Gemüse, wenig Süßes.

Ich kaufe mit Einkaufszettel und nicht spontan.

Ich überprüfe Werbeversprechen in Bezug auf den Preis.

Ich vermeide Lebensmittel mit ungesunden Zusätzen.

3. Woche und bis zur Arbeit solltest du noch einmal alles mehrfach wiederholen, was du gelernt hast, damit du es dir besser behälst!

5) Tassenkuchen

Zum Schluss noch etwas Praktisches:

Probiere folgendes Rezept für Tassenkuchen in der Mikrowelle aus, mache ein Foto von deinem Ergebnis und schicke es einem deiner Mitschüler aus unserem Kurs!

2 El Trinkkakao (nicht zum Backen), 2 El Zucker, 30 g Mehl, ¼ Tl Backpulver, 1 Pr. Salz, 2 El Öl, und 50 ml Milch abwiegen und in einer *großen Tasse* mit einer *Gabel* verrühren.

1 Minute und 40 Sekunden auf höchster Wattzahl in der Mikrowelle garen und eine Garprobe machen, dann evtl., noch einige Sekunden länger garen.

Gutes Gelingen, guten Appetit und bleibt gesund!