

Wahlpflichtfach 8: KOCHEN

Im Wahlpflichtkurs KOCHEN werden u. a. folgende Inhalte vermittelt:

- Grundlagen der Lebensmittelkunde (Wirkung von Fetten, Vitaminen, Zucker etc. auf den Körper von Kindern und Jugendlichen)
- Grundlagen einer nachhaltigen Ernährung (Ressourcenverbrauch, intensive und extensive Landwirtschaft und die Folgen, alternative Ernährungskonzepte etc.)
- Grundlegende Techniken des Kochens (Schneiden, Rühren, Passieren, Kochen, Backen, Braten etc.)
- Eigenständiges Kochen eines Menüs für 4 Personen inklusive der Erstellung eines professionellen Rezeptheftes (**Prüfungsleistung**)