

Soja – Vom Acker auf den Teller

Ein Unterrichtskonzept des Soja-Netzwerks

Baustein 4: Soja in der Nahrungszubereitung

Kurzvorstellung	Schulart	Berufliche Bildung
Recherche und Erprobung von Rezepten, Speisen, Gerichten und Getränken mit Soja-Lebensmitteln sowie deren Adaption an betriebliche Gegebenheiten	Berufe Methodik	Ernährung Gastgewerbe Hauswirtschaft Arbeitsaufträge

Kompetenzen

Methodisch-didaktischer Kommentar

Hintergrundinformationen für die Lehrperson

Materialien

Weiterführende Ideen

Kommentierte Literaturhinweise und Links

Didaktischer Anker: Bezüge zu den Bildungsplänen

Impressum

Soja – Vom Acker auf den Teller
Ein Unterrichtskonzept des Soja-Netzwerks, 2017

Herausgeber und Rechteinhaber

Freistaat Bayern

Bayerische Landesanstalt für Landwirtschaft (LfL)

Vöttinger Str. 38, 85354 Freising

www.lfl.bayern.de

Konzeption

Sonja Huber

Theresa Mayer

Prof. Dr. Udo Ritterbach

Pädagogische Hochschule Freiburg

Layout

Annika Bohnert

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Hinweise

Es handelt sich um ein urheberrechtlich geschütztes Werk. Der Rechteinhaber gestattet jedermann die unentgeltliche und nicht-kommerzielle Nutzung für Lehr-, Fort- und Weiterbildungszwecke. Jede Um- oder Bearbeitung bedarf der Zustimmung des Rechteinhabers in jedem Einzelfall.

Bei der Nutzung ist auf das Soja-Netzwerk und die Förderung durch die Bundesrepublik Deutschland hinzuweisen.

Trotz großer Sorgfalt bei der Ausarbeitung können Fehler und Irrtümer nie gänzlich ausgeschlossen werden. Daher wird keine Haftung übernommen.

Die Schriftart 'Druckschrift BY WOK' entstammt dem kostenlosen Programm 'Lesen Lernen' von Wolfram Esser, www.derwok.de".

Ansprechpartner für Lizenzfragen

Bayerische Landesanstalt für Landwirtschaft (LfL)
Abteilung Zentrale Verwaltung
Vöttinger Str. 38, 85354 Freising
E-Mail: poststelle@lfl.bayern.de

Ansprechpartner für inhaltliche Fragen

Pädagogische Hochschule Freiburg
Institut für Alltagskultur, Bewegung und Gesundheit
Fachrichtung Ernährung und Konsum
Sonja Huber
Kunzenweg 21, 79117 Freiburg
E-Mail: sonja.huber@ph-freiburg.de

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Soja – Vom Acker auf den Teller
Ein Unterrichtskonzept des Soja-Netzwerks

Kompetenzen

Die Schülerinnen und Schüler

- können zu den Lernfeldern mit Nahrungszubereitung Rezepte, Speisen, Gerichte und Getränke mit Soja-Lebensmitteln recherchieren, entwickeln, erproben, bewerten und an betriebliche Gegebenheiten adaptieren

Methodisch-didaktischer Kommentar

Die Lernfelder in den Ausbildungsberufen, die die Praxis der Nahrungszubereitung einschließen, bieten viele Gelegenheiten zur Auseinandersetzung mit dem Angebot an Soja-Lebensmitteln und zur Erweiterung der Erfahrungen in der Verarbeitung von Soja-Lebensmitteln bzw. Zubereitung von Soja-Speisen. Aus diesem Grund bietet dieser Baustein alternative Arbeitsaufträge zu 10 Lernfeldern des Ausbildungsberufs Koch/Köchin und 2 Lernfeldern des Ausbildungsberufs Hauswirtschafter/in. Die Formulierungen ermöglichen den Einsatz der Arbeitsaufträge in weiteren Ausbildungsgängen der Berufsfelder Ernährung, Gastgewerbe, Hauswirtschaft oder in Lehrgängen und Ausbildungsgängen mit integrierter Praxis der Nahrungszubereitung.

Sie können einzeln herausgegriffen und exemplarisch bearbeitet werden. Hierdurch ist es möglich, Rezepte, Speisen, Gerichte und Getränke mit Soja-Lebensmittel in unterschiedlichen Stufen in die Ausbildung zu integrieren.

Durch den Lernfeldbezug können im Laufe einer Ausbildung aber auch mehrere dieser Arbeitsaufträge bearbeitet werden, um im Sinne eines Spiralcurriculums den Erfahrungsraum und Kompetenzerwerb zu erweitern.

Allen Arbeitsaufträgen gemeinsam sind die Elemente

- Dreiklang aus (1) Selbsteinschätzung der Kenntnisse und Fertigkeiten, (2) Bearbeitung eines kompetenzorientierten Arbeitsauftrags, (3) Selbsteinschätzung und Einholen eines Feed-Back zur Kompetenzentwicklung durch die Bearbeitung des Arbeitsauftrags
- eigenständige Recherche von Rezepten, Speisen, Gerichten, Getränken, Soja-Lebensmitteln einschließlich Bezugsquellen
- Erprobung einer Auswahl durch Zubereitung, Verkostung, Bewertung
- Zubereitung, Anrichten, Präsentation und Evaluierung von angebotenen bzw. empfohlenen Speisen, Gerichten, Getränken
- Reflektion und Diskussion der Passung der vorgeschlagenen und empfohlenen Speisen, Gerichte und Getränke vor dem Hintergrund betrieblicher Gegebenheiten (Bewohner, Gäste, Leitbild...)
- Umrechnung und Dokumentation von Rezepten nach den Standards des Betriebes

Hintergrundinformationen für die Lehrperson

Soja-Lebensmittel werden häufig noch entweder als traditionelle asiatische Speisen und Gerichte oder als vegetarische Alternative zu Fleischgerichten wahrgenommen. Hierdurch finden sie auch bevorzugt in Personengruppen Akzeptanz, die asiatische Küche mögen oder sich vegetarisch ernähren möchten. Diese speziellen Fokussierungen prägen das Image der Soja-Lebensmittel mit.

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Soja – Vom Acker auf den Teller

Ein Unterrichtskonzept des Soja-Netzwerks

Hierdurch wird das Spektrum der Vorzüge der Zubereitung und des Verzehrs von Soja-Lebensmitteln - insbesondere aus regionalem und nachhaltigem Anbau von Soja - nur begrenzt wahrgenommen und vermittelt.

Im Speisenangebot in Gastronomie, Gemeinschaftsverpflegung, Hauswirtschaft Diätetik... können Soja-Lebensmittel...

- zur attraktiven Erweiterung und Bereicherung des Speiseplans und des Speisenangebotes beitragen.
- zur Reduzierung tierischer Fette und in der Ernährung beitragen.
- über ihre hochwertigen pflanzlichen Proteine zur Versorgung mit Eiweiß beitragen. Durch den Substitutionseffekt kann hierdurch der Anteil tierischer Proteine in der Ernährung reduziert werden.
- nicht nur für Speisenangebote für Vegetarier genutzt werden. Sie können im Wechsel mit Fleischgerichten oder in gemischten (z.B. Rindfleisch + Tofu-Produkte) Rezepten zur Reduktion der Aufnahme tierischer Proteine beitragen.
- zur Umsetzung des Merkmals der Regionalität einer nachhaltigen Ernährung beitragen, da z.B. über das Soja-Netzwerk regionale Wertschöpfungsketten aufgebaut werden. Von regionalen zumeist mittelständischen Herstellern können Soja-Lebensmittel bezogen werden, die aus Sojabohnen aus gentechnikfreiem, nachhaltigem, konventionellem oder ökologischem Sojaanbau in Deutschland stammen. Siehe: www.sojafoerderrig.de > Nach der Ernte > Verarbeitung zu Lebensmitteln > Hersteller.

Soja-Lebensmittel	Kurzbeschreibung	Beispiele für regionale Hersteller
Tofu	<ul style="list-style-type: none"> - aus Sojamilch durch Denaturierung und Koagulation der Proteine entstehender „Sojaquark“, entwässert, zu Blöcken gepresst - Verfahren ähnlich der Herstellung von Käse aus Milch - durch Geschmacksneutralität auf äußerst vielfältige Weise zuzubereiten 	www.taifun-tofu.de
Edamame	<ul style="list-style-type: none"> - leicht unreif geerntete Sojaschoten - in Salzwasser 5 min. kochen - z.B. Snack 	www.gartensoja.de
Soja-Drink	<ul style="list-style-type: none"> - stabile Emulsion aus Öl, Wasser und Proteinen, - flüssiger Extrakt aus Sojabohnen - hergestellt durch Einweichen trockener Sojabohnen, die mit Wasser ausgedrückt werden - Aufbau und Verwendung ähnlich Kuhmilch 	www.natumi.com
Miso	<ul style="list-style-type: none"> - aus Sojabohnen, Reis und Getreide durch dämpfen und vergären hergestellte Paste - vielseitige Verwendung, z.B. Misosuppe 	www.schwarzwald-miso.de

Tempeh	<ul style="list-style-type: none"> - Fermentationsprodukt aus eingeweichten, gekochten Sojabohnen - Fermentation durch Edelschimmelpilz - zarter aber fester Biss - nussiger Eigengeschmack - vielfältige Zubereitungsmöglichkeiten 	www.tofunagel.de
--------	--	------------------

Arbeitsmaterialien

Unterrichtsmaterial	Beschreibung	Einsatz im Unterricht
Koch/Köchin		
<ul style="list-style-type: none"> - Arbeiten in der Küche - Speisen mit pflanzlichen Rohstoffen - Zwischenmahlzeiten - Kalte und warme Büffets - Nachspeisen - A La Carte Geschäft - Bankettgeschäft - Speisenfolge - Regionale- und ausländische Küche 	<ul style="list-style-type: none"> - Einschätzen der eigenen Kenntnisse und Fertigkeiten - Lernaufgabe: Recherche, Zubereiten und Dokumentieren, Bewerten, Präsentieren und Evaluieren, Erstellen eines Rezeptblattes, - Einschätzen und Besprechung des Lernfortschritts 	<ul style="list-style-type: none"> - kompetenzorientierter Arbeitsauftrag für <ul style="list-style-type: none"> - Einzelarbeit - konkurrierende Gruppen- oder Projektarbeit
Hauswirtschafter/in		
<ul style="list-style-type: none"> - Speisen und Getränke herstellen und servieren - Personengruppen verpflegen 	<ul style="list-style-type: none"> - Einschätzen der eigenen Kenntnisse und Fertigkeiten - Lernaufgabe: Recherche, Zubereiten und Dokumentieren, Bewerten, Präsentieren und Evaluieren, Erstellen eines Rezeptblattes, - Einschätzen und Besprechung des Lernfortschritts 	<ul style="list-style-type: none"> - kompetenzorientierter Arbeitsauftrag für <ul style="list-style-type: none"> - Einzelarbeit - konkurrierende Gruppen- oder Projektarbeit

Weiterführende Ideen

Die Arbeitsaufträge können zu einer Projektaufgabe erweitert werden: Durch die arbeitsteilige Bearbeitung der Arbeitsaufträge in Gruppen kann eine Rezeptsammlung, ein Kochbuch erstellt werden.

Kommentierte Literaturhinweise und Links

Über den Internetauftritt des Soja-Netzwerks und des Soja-Förderrings können Internetauftritte von Herstellern von Soja-Lebensmitteln gefunden werden, die zu ihren Produkten eine Vielzahl attraktiver Rezeptvorschläge bieten:

www.sojafoerderrig.de > Nach der Ernte > Verarbeitung zu Lebensmitteln > Hersteller.

Didaktische Anker

Unterrichtsbaustein	04	Soja in der Nahrungszubereitung
Stufe	BB	
<p>Die Schüler und Schülerinnen...</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ können Rezepte, Speisen, Gerichte und Getränke aus Soja-Lebensmitteln recherchieren ▪ können Speisen, Gerichte und Getränke aus Soja-Lebensmitteln unter Beachtung verschiedene betrieblicher Gegebenheiten (Zielgruppe, Anlass, Mahlzeit...) zubereiten und die Zubereitung angemessen dokumentieren ▪ können Speisen, Gerichte und Getränke aus Soja-Lebensmitteln mit dem Ziel der Erweiterung und Bereicherung von Speiseplan und Speisenangebot des Betriebes bewerten, auswählen, präsentieren und erproben 		
Hierzu gehören die folgenden Lerninhalte		
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Soja-Lebensmittel und ihre Eignung für verschiedene Anlässe, Mahlzeiten, Zielgruppen 		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rezepte, Zubereitungen, Dokumentationen

Die Unterrichtsmaterialien vermitteln einen Einblick über Möglichkeiten der Erweiterung und Bereicherung des Speisenangebotes durch Speisen, Gerichte und Getränke auf Basis von Soja-Lebensmitteln.

Beispiel:

Schülerinnen und Schüler

- wirken bei der Vorbereitung einer Aktionswoche mit und sind in der Lage, hierfür Speisen herzustellen und verkaufsfördernd anzubieten
- kennen die ökonomische Bedeutung von Aktionswochen. Es werden Angebotskarten und Werbeträger kreativ gestaltet sowie Tische und Räume dekoriert. Bei der Umsetzung von Werbemaßnahmen werden Rechtsvorschriften eingehalten.
- sind fähig, nach Rezepturen - unter Berücksichtigung von Vorbereitungs- und Garverlusten - Warenanforderungen zu erstellen. Die Rohstoffe werden nach Qualitätsmerkmalen beurteilt. Bei der Lagerung sowie der Vor- und Zubereitung von Speisen werden produktangemessene Verfahren angewandt. Dabei wird besonders auf die Werterhaltung der Lebensmittel geachtet. Die Arbeitsschritte erfolgen planmäßig nach ökonomischen und ökologischen Gesichtspunkten. Dabei werden Bestimmungen zur Unfallverhütung und Hygiene eingehalten. Die Arbeitsergebnisse werden selbstständig kontrolliert und bewertet.

- beurteilen die Bedeutung und den Einsatz von Convenienceprodukten
- führen Berechnungen durch
- wirken bei der Gästeberatung über das Speisenangebot der Aktionswoche mit; dies erfolgt auch in der Fremdsprache.

Inhalte

- Hülsenfrüchte (Marktangebot, ernährungsphysiologische Bedeutung, Verwendungsmöglichkeiten)
- Vor- und Zubereitungen
- Präsentationsformen
- Convenienceprodukte

(Quelle: KMK: RAHMENLEHRPLAN für den Ausbildungsberuf Koch/Köchin, 1997, S.21)

Schülerinnen und Schüler

- kennen die Bedeutung der Herstellung qualitativ hochwertiger Speisen und Getränke für eine vollwertige Ernährung
- wählen zur Herstellung von Speisen und Getränken geeignete Verfahren und Techniken aus, um den ernährungsphysiologischen Wert der Lebensmittel zu erhalten oder zu verbessern
- können die dazu erforderlichen Geräte und Maschinen bedienen und einsetzen sowie die Hygienevorschriften verantwortungsbewusst umsetzen
- sind sich der Bedeutung der Tischkultur bewusst und können die jeweiligen Speisen und Getränke angemessen anrichten und servieren
- sind in der Lage, Arbeitsvorhaben einzeln und im Team zu planen, durchzuführen, zu kontrollieren und zu beurteilen.

Inhalte

- Einsatz ausgewählter Geräte und Maschinen
- Anwendung von Vorbereitungs- und Gartechniken
- Kenntnisse über die Inhaltsstoffe von Lebensmitteln und ihre küchentechnischen Eigenschaften
- Genuss-, Gesundheits- und Eignungswert sowie ökologischer Wert von Lebensmitteln
- Lebensmittelauswahl nach saisonalen und regionalen Gesichtspunkten
- Convenience-Produkte
- Portionieren, Anrichten, Servieren und Verteilen von Speisen und Getränken
- Rechnen mit Maßen, Gewichten und Mengen.

(Quelle: KMK: RAHMENLEHRPLAN für den Ausbildungsberuf Hauswirtschafter/Hauswirtschafterin, 1999, S.13)