

# MATHE BEIM KOCHEN: REZEPTPLANUNG

## Beschreibung

Diese Aktivität regt dazu an, sich durch die Planung eines Rezepts mit mathematischen Konzepten zu beschäftigen. Durch Anpassungen der Zutaten, Kostenschätzungen und Nährwertanalysen werden Sie praktische Erfahrungen in der Anwendung numerischer Fähigkeiten auf kulinarische Szenarien sammeln.

## Lernziele



Nehmen Sie an einer kreativen und lehrreichen Aktivität teil, indem Sie ein Rezept planen, die Zutaten anpassen und numerische Konzepte verstehen.

## Erwartete Ergebnisse

Vertieftes Verständnis von numerischen Konzepten im Zusammenhang mit Kochen und Budgetplanung.



## Benötigte Zeit

30 - 60 min

## Allein oder gemeinsam?

Einzel oder als Gruppe



## Benötigtes Material

Blanko-Rezeptkarten oder Papier; Stift; Taschenrechner (optional)

## Praktische Tipps

- Wählen Sie Ihr Lieblingsrezept, um diese Aktivität noch angenehmer zu gestalten, oder verwenden Sie das unten angegebene Rezept für Kürbisplätzchen mit Schokolade oder Spaghetti Bolognese.
- Recherchieren Sie die Preise für die Zutaten im Internet oder in einem Lebensmittelgeschäft vor Ort, um die Kosten genau abzuschätzen.
- Sie können eine einfachere Version wählen, indem Sie einen oder mehrere Schritte überspringen (Schritte 4-7).

# MATHE BEIM KOCHEN: REZEPTPLANUNG

## Anleitung

1. Wählen Sie ein Rezept. Beispiel: Kürbisekse mit Schokolade.
2. Schreiben Sie die für das Rezept benötigten Zutaten auf eine leere Rezeptkarte oder ein Blatt Papier.
3. Recherchieren Sie die aktuellen Preise für die Zutaten in Ihrem örtlichen Lebensmittelgeschäft oder im Internet. Berechnen Sie die geschätzten Kosten für jede Zutat und die Gesamtkosten für das Rezept.
4. Passen Sie die Portionen des Rezepts an. Wenn das Originalrezept z. B. für vier Personen ausgelegt ist, berechnen Sie die Mengen für zwei oder sechs Portionen.
5. Recherchieren Sie die Nährwertangaben für jede Zutat. Berechnen Sie den Gesamtnährstoffgehalt für das gesamte Rezept und pro Portion. Schlagen Sie die Nährwertangaben für jede Zutat nach. Berechnen Sie den Gesamtnährstoffgehalt für das gesamte angepasste Rezept und pro Portion.
6. Ändern Sie das Rezept mit Hilfe von Bruchteilen. Wenn das Originalrezept zum Beispiel eine  $\frac{3}{4}$  Tasse Zucker vorsieht, passen Sie es auf  $\frac{1}{2}$  Tasse oder 1 Tasse an.
7. Erstellen Sie eine visuell ansprechende Rezeptkarte oder ein Dokument, das alle während der Aktivität gesammelten Informationen enthält. Fügen Sie einen Abschnitt für Notizen und Überlegungen hinzu.
8. Denken Sie über die mathematischen Konzepte nach, die mit der Aktivität verbunden sind. Überlegen Sie, wie sich Anpassungen bei Maßen, Kosten und Portionen auf das Gesamtrezept auswirken. Wenn möglich, teilen Sie Ihren mathematischen Rezeptplan mit Freunden oder der Familie. Diskutieren Sie über die Herausforderungen und die Erkenntnisse, die Sie durch die Aktivität gewonnen haben.

## Quelle

SIF

# MATHE BEIM KOCHEN: REZEPTPLANUNG

## Kürbiskekse mit Schokolade ZUTATEN:

250 g Weizenmehl

120 g Butter

120 g Brauner Zucker

50 g Zucker

120 g Schokotropfen

120 g Kürbispüree (dick)

1 TL Vanille-Extrakt

1 TL Lebkuchengewürz

1/2 TL Zimt

1,5 TL Backpulver

1/4 TL Salz

für 16 Portionen

# MATHE BEIM KOCHEN: REZEPTPLANUNG



## SCHNELLE SPAGHETTI BOLOGNESE

### Zutaten

- 2 TL Olivenöl
- 400g Rindergehacktes
- 1 Zwiebel, gewürfelt
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 100g Möhren, fein gerieben
- 2 x 400g Dosen gehackte Tomaten
- 400ml Brühe (am besten Instant-Brühe vom Rind, aber andere geht auch)
- 400g Spaghetti
- Salz und Pfeffer

Für 5 Portionen