

1. Vorwort	4	Dänischer Nudelsalat	30
2. Unterrichtshinweise		Bunter Gnocchisalat	32
<i>Theoretisches Grundwissen</i>	5	Gurkenallerlei: Gurkensalat, nordisch und asiatisch, Gurkenkaltschale, Gurken-Sour- Creme	34
1 Welches Messer verwende ich wofür?	5	Italienische Spieße	37
2 Reiben, raspeln, hobeln	5	Käsepralinen	39
3 Obst und Gemüse vorbereiten	6	Mie-Nudel-Salat	41
4 Das Handrührgerät	7	Möhren-Apfel-Salat mit Sonnenblumenkernen und Knusperapfel	43
5 Elektrische Küchenhelfer	7	Nudelsalat mit Balsamico-Tomaten-Dressing	45
<i>Schülermaterial</i>	8	Obstsalat für jede Jahreszeit	47
1 Welches Messer verwende ich wofür?	8	Quarkspeise mit Banane und Mandarine	50
2 Textbausteine: Welches Messer verwende ich wofür?	9	Reissalat	52
3 Reiben, raspeln, hobeln	10	Rohkostplatte mit verschiedenen Dips	54
4 Puzzlestern: Obst und Gemüse vorbereiten	11	Chili-Käse-Dip	55
5 Das Handrührgerät	12	Hummus	55
Lösungen/Schülermaterial	13	Thunfischdip	56
3. Rezepte mit Unterrichtshinweisen	17	Guacamole	56
Erläuterungen zum Rezeptteil	18	Tiramisuvariation mit Nuss-Nougat-Creme ...	57
Ampel-Smoothie und Himbeer-Joghurt- Smoothie	19	Tomatenallerlei: Bruschetta, Tomatensalat mit Mais, Tomatenbutter	59
Ananas-Kokos-Ringe mit Zimtquark	21	Tortellinisalat	62
Blitzrezepte: Birne Helene, Profiteroles, Erdbeereis und Ruckzuck-Mandarinentorte ..	23	Vier Tramezzini	64
Bunter Salat mit Feta und Weizenkörnern	26	Wraps: vegetarisch, mit Thunfisch oder Putenbrust	67
Club-Sandwich	28	Zitronencreme	69

Auf der CD befinden sich alle Rezepte noch einmal als editierbare Worddateien.