

## Wunschkochen Soziales 8

Als Abschluss der Unterrichtseinheiten zum ernährungsbewussten Kochen durften die Schüler/innen gemeinsam ein Menü planen, einkaufen und zubereiten.

### Das waren die Vorgaben:

- **gesund**
- **günstig: Angebote nutzen, Reste verwerten**

### Das sind die Ergebnisse:

#### **1. Gruppe : Alina, Gloria und Sarah**



**Getränk: Durstlöcher Limettenschorle**

**Gemischter Salat**

**Bratkartoffeln mit gebackenen Fetastreifen und Zaziki**

**Himbeer Joghurt Sorbet**

#### **2. Gruppe: Vanessa, Sophia, Anna und Sophia**



**Getränk: Sunrise Cocktail alkoholfrei**

**Selbstgemachte Pizza mit viel Gemüse**

**Erdbeerspieße mit zweierlei Schokoladengarnitur**

### 3. Gruppe: Iris, Sandro, Bastian und Victoria



**Getränk: Eistee**  
**Hackfleisch- Gemüsepfanne mit Reis, Kartoffeln und**  
**Kräutersoße**  
**Pancakes mit frischen Erdbeeren**

### 4. Gruppe: Julia, Anni und Franziska



**Getränk: Wasser**  
**Baguette mit frischer Avocadocreme**  
**Lachsnudeln mit Zucchini Gemüse und Karottensalat**  
**Himbeerquark**