

Activiteit: Een kookboek van klas ...

Stap 1 Oriënteren



Informatie verzamelen en onderzoeken

Eten is belangrijk. Lekker eten ook en gezellig samen eten misschien nog meer. Eetgewoonten en gerechten veranderen in de loop van de jaren. Nieuwe inwoners brengen hun eetgewoonten en recepten mee en de 'oude' inwoners nemen die vaak over. Daardoor vermengen eetgewoonten en gerechten zich.

In deze activiteit maken jullie een kookboek met gerechten uit verschillende culturen.

Let op: voor het zoeken heb je 20 minuten. Je werkt individueel.

a. Wat betekenen deze woorden? Zoek de betekenis op.

Moeilijk woord	Wat betekent dit woord
voorgerecht	
nagerecht	
hartig	



b. Iedereen kent aardappels en pizza. Maar heb jij dit wel eens geproefd?

- Zet een kruisje achter de dingen die je wel eens geproefd hebt.
- Weet je ook uit welke cultuur dit eten komt? Schrijf dat erbij.

Gerecht	Gegeten	Cultuur
pilav	<input type="checkbox"/> wel / <input type="checkbox"/> niet	
harira	<input type="checkbox"/> wel / <input type="checkbox"/> niet	
hutspot	<input type="checkbox"/> wel / <input type="checkbox"/> niet	
khichari	<input type="checkbox"/> wel / <input type="checkbox"/> niet	
falafel	<input type="checkbox"/> wel / <input type="checkbox"/> niet	
kouseband	<input type="checkbox"/> wel / <input type="checkbox"/> niet	
pastinaak	<input type="checkbox"/> wel / <input type="checkbox"/> niet	
watergruwel	<input type="checkbox"/> wel / <input type="checkbox"/> niet	
hazenpeper	<input type="checkbox"/> wel / <input type="checkbox"/> niet	

c. Wat voor warme maaltijden eet jij? Schrijf van de afgelopen 4 dagen op wat je hebt gegeten. Heb je geen voorgerecht of nagerecht gegeten? Zet daar dan een streepje. Gebruik het schema.

Maaltijd	Voorgerecht	Hoofdgerecht	Nagerecht
gister			
eergisteren			
2 dagen geleden			
3 dagen geleden			

d. Noem een aantal gerechten die jullie thuis vaak eten.

e. Uit welke cultuur/culturen komen deze gerechten?





- f. Hoe eten jullie meestal? Op de bank voor de TV? Aan tafel? Met één groot bord?
Schrijf het hieronder op. Of maak een tekening van een gedekte etenstafel bij jullie thuis.

- g. Lees het recept hieronder. Zet een streep onder alle woorden die je niet begrijpt.

Gebakken aardappelen met sla (4 personen)

Ingrediënten:

8 aardappelen
1 krop sla
halve komkommer
stukje ui
2 el sla saus
4 el olie

Keukenmaterialen:

kookpan
koekenpan
snijplank
afvalschaaltje
2 dekschaaltjes
vergiet
dunschiller
aardappelschilmesje

Wat moet je doen?

- Schil de aardappelen, ontpit ze en was ze in het vergiet.
- Snijd de aardappelen in blokjes en doe ze in de kookpan met een laagje water.
- Kook de aardappelen 3 minuten.
- Giet de aardappelen af in het vergiet en spoel ze na met koud water. Doe ze terug in de kookpan.
- Maak de sla schoon en was ze in het vergiet.
- Schil de komkommer en snijd deze in blokjes.
- Haal het bruine velletje van de ui en snijd de ui heel fijn.
- Doe in de dekschaal: sla, komkommer, ui en de slasaus. Schep alles om.
- Verhit de olie in de koekenpan. Bak hierin de aardappelen snel bruin. Doe de aardappelen in de dekschaal.

Eet smakelijk.

- Waarmee meet je '4 el olie'?





- Je moet twee 'dekschaaltjes' pakken. Wat is dat voor schaal? Hebben jullie die thuis?

- Je hebt volgens het recept een aardappelschilmes en een dunschiller nodig. Wat is het verschil? Wat moet je waarmee schillen?



Brainstormen

Je gaat brainstormen over wat jij in het kookboek wilt zetten. In de brainstorm mag je alle fantasie gebruiken die je hebt. Je hoeft nog niet na te denken of het ook kan.

- Vul het woord 'kookboek' in de middelste cirkel van de figuur.
- Schrijf in de andere cirkels zoveel mogelijk gerechten waar je aan denkt. Wat vind jij leuk om te koken? Wat eet je graag? Welk recept wil je graag delen met de klas?

TIP: Schrijf in één cirkel meer dan één ding op, als je ruimtegebrek hebt.





Keuzes maken

Na de brainstorm ga je kijken wat haalbaar is. Je kiest uit alles wat opgeschreven is. Denk daarbij steeds aan het kookboek voor de klas. Ga elke keer na of je keuzes daarbij passen.

a. Lees goed door wat je hebt opgeschreven. Onderstreep de belangrijkste onderdelen. In ieder geval de onderdelen waar je verder mee wilt.

b. Schrijf 3 gerechten op die je wel in het kookboek wilt zetten:

c. Uit welke cultuur komen deze gerechten? Schrijf die erachter.





Activiteit: Een kookboek van klas ...

Stap 2 Voorbereiden



Interview een familielid over een gerecht

Interview een familielid over een familiegerecht. Misschien mag je zelfs wel een keer meehelpen in de keuken, dat zou helemaal leuk zijn.

Tip: Maak foto's en sla deze op.

a. Noteer de antwoorden tijdens het interview.

- Ik interview dit familielid:

- Het gerecht heet:

- Voor hoeveel personen is het recept?

- Welke ingrediënten heb ik nodig ?

- Welke keukenmaterialen heb ik nodig?

- Wat moet ik voorbereiden? (schoonmaken, wassen, snijden)

- Wat moet ik stap voor stap doen? Waarmee moet ik dat doen?



b. Wat moet ik stap voor stap doen? Waarmee moet ik dat doen?

Stap	Dit moet ik doen	Dit heb ik nodig
stap 1		
stap 2		
stap 3		
stap 4		
stap 5		

Reken je recept om naar 4 personen

In het kookboek komen allemaal recepten voor 4 personen.
Reken de hoeveelheid ingrediënten om.

Ingrediënten voor 4 personen:



De materialen en de planning

a. Maak een materiaallijst voor het kookboek.

Nodig	Hoe kom ik er aan?	Wat kost dit?

b. Maak een planning:

Wat moet ik doen?	Wanneer ga ik dit doen?
Een gerecht kiezen.	
Een familielid interviewen.	
Een foto van het gerecht maken.	
Als het kan: een keer meehelpen in de keuken.	
Uitrekenen hoeveel je nodig hebt voor 4 personen.	
Het recept in Word typen.	



VRAAG TOESTEMMING AAN JE DOCENT OM VERDER TE GAAN MET STAP 3.





Activiteit: Een kookboek van klas ...

Stap 3 Uitvoeren



Het recept uittypen

- a. Typ het recept in Word.
Het recept komt op 1 kantje van een A4.
Gebruik lettertype: Arial 12.
De titel gaat in lettertype: Arial 16 Vet.
- b. Maak de volgende indeling:
 - ingrediënten voor 4 personen;
 - keukenmaterialen;
 - wat je moet doen: nummer de verschillende stappen.
- c. Maak de zinnen niet te lang en zet er een foto bij.

Bijstellen van het recept

Wissel je recept uit met een klasgenoot. Bekijk het resultaat.

- a. Voldoet het recept aan de eisen?
 1. Het recept past op één kantje.
 2. Lettertype: Arial. Lettergrootte 12 (kop 16 vet).
 3. De indeling klopt.
 4. Er is een geschikte foto bij.
 5. De tekst is leesbaar (korte duidelijke zinnen).

Tips voor verbetering:





b. Welke tips heb jij gekregen?

Dit ga ik nog aanpassen:



Activiteit: Een kookboek van klas ...

Stap 4 Reflecteren



Presenteer je recept

Maak met de klas van alle recepten een mooi receptenboek.

a. Wat lijkt jou het lekkerste gerecht?

b. Heb jij thuis ook nog meegeholpen met koken? Vertel hierover aan de klas.

- Hoe vond jij het om mee te helpen?

- Hoe vond jouw familie het dat je meehielp?

- Ga je vaker meehelpen met koken? Leg uit waarom wel of niet.



Maak een quiz over culturele gerechten.

Bijvoorbeeld:

Wat zit er in...	
In Marokkaanse harirasoep zitten kikkererwtten.	<input type="checkbox"/> Ja / <input type="checkbox"/> Nee
In baklava zit veel boter en honing.	<input type="checkbox"/> Ja / <input type="checkbox"/> Nee
Hutspot wordt gemaakt van wortels.	<input type="checkbox"/> Ja / <input type="checkbox"/> Nee
Kousenband is een soort bruine bonen.	<input type="checkbox"/> Ja / <input type="checkbox"/> Nee
In Griekse tzatziki zit yoghurt.	<input type="checkbox"/> Ja / <input type="checkbox"/> Nee
In pilav zit rijst.	<input type="checkbox"/> Ja / <input type="checkbox"/> Nee
Watergruwel is een Nederlands nagerecht.	<input type="checkbox"/> Ja / <input type="checkbox"/> Nee

- a. Bedenk een stuk of 20 van dit soort vragen.
- b. Zet de antwoorden er ook bij! Je kunt dat op verschillende manieren doen:
 1. Antwoord is 'ja' of 'nee' / 'goed' of 'fout'
 2. Antwoord is a / b / c / d (kies het goede antwoord)
 3. Antwoord is open (de mensen krijgen geen tips maar ze moeten het zelf bedenken)
- c. Zet de vragen met de antwoorden op losse kaartjes. Jullie kunnen de quiz in de klas gebruiken, of later bij het koffie- en theebuffet.

