



Kochbücher gestern und heute

Baustein 6 (Sekundarstufe II, Klasse 11 – 12)



Gefördert durch

**Ministerium für Klimaschutz, Umwelt,
Landwirtschaft, Natur- und Verbraucherschutz
des Landes Nordrhein-Westfalen**



Impressum

Projektleitung:

Prof. Dr. Kirsten Schlegel-Matthies
Institut für Ernährung, Konsum, Gesundheit
Department Sport und Gesundheit
Fakultät für Naturwissenschaften
Universität Paderborn
Warburger Str. 100
33098 Paderborn

E-Mail: schlegel@mail.upb.de
Tel: 0 52 51 / 60-21 87

Autorin dieses Bausteins: Stefanie Hinkelmann

An der Entwicklung der Bausteine waren folgende Personen und Institutionen beteiligt:

Prof. Dr. Kirsten Schlegel-Matthies, (Projektleitung und -konzeption)
Institut für Ernährung, Konsum und Gesundheit der Universität Paderborn

- Regine Bigga
- Maïke Bruse
- Ulrike Daub
- Stefanie Hinkelmann
- Hella Innemann
- Tanja Körner
- Silvia Leutnant
- Kirsten Mann
- Elena Neb

iSuN – Institut für Nachhaltige Ernährung und Ernährungswirtschaft, Fachhochschule
Münster

Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen

Stand Juni 2020 (Aktualisierung der Links)

Hinweis zur Zitation:

Bitte zitieren Sie den Baustein ggf. als:

Hinkelmann, St.. (2013): Kochbücher gestern und heute. Baustein 6 des Moduls zur nachhaltigen Ernährungsbildung: Wertschätzung und Verschwendung von Lebensmitteln., hg. v. K. Schlegel-Matthies, Paderborn

Download unter:

http://www.evb-online.de/schule_materialien_wertschaetzung_b06.php

Kochbücher gestern und heute

1. Einführung in das Thema

Kochbücher sind in der Regel in zahlreichen Haushalten mehr oder weniger reichlich vorhanden. Sie enthalten Rezepte, also Hilfestellungen für die Zubereitung von Speisen und Gerichten. Wenn man Kochbücher über einen längeren Zeitraum betrachtet, sind sie auch Zeugen für den Wandel der Esskultur, der jeweiligen „Moden“, Vorlieben und Abneigungen einer Zeit, deshalb weisen Kochbücher beispielsweise immer wieder grundlegende Unterschiede in der Auswahl der Speisen und ihrer Zutaten auf. In diesem Baustein soll genau dieser Aspekt, die Unterschiede der historischen Rezeptzutaten zu den heutigen, aufgegriffen werden.

Der Einstieg in den Baustein betrachtet zunächst ausgewählte Rezepte aus historischen Kochbüchern, die heute so nicht mehr zu finden sind.

Die Umsetzung soll anschließend so gewählt werden, dass die Schülerinnen und Schüler sich zunächst einmal mit der Geschichte des Kochbuchs allgemein befassen. Daran anschließend werden mithilfe der Methode des „[Expertenpuzzles](#)“ sowohl historische als auch heutige Rezepte, hinsichtlich ihrer Zutaten, unter die Lupe genommen. Die Unterschiede sollen in einer Mindmap an der Tafel festgehalten werden. Um eine genaue Vorstellung einiger historischer Gerichte zu erlangen, sollen in der darauffolgenden Arbeitsphase einige Rezepte in der Schulküche zubereitet werden. Als Abschluss dieses Bausteins wird, mithilfe aller gewonnenen Erkenntnisse, ein virtuelles Kochbuchmuseum erstellt.

2. Allgemeine Hinweise zu den Materialien

Die angebotenen Unterrichtshilfen sind je nach Anzahl und Alter der Schülerinnen und Schüler anpassbar. Es ist jedoch erforderlich, dass eine Schulküche vorhanden ist. Dieser Baustein eignet sich sehr gut zum fächerverbindenden und fächerübergreifenden Arbeiten zwischen Geschichte und Hauswirtschaft.

3. Mögliche Lehr- und Lernziele

Die Schülerinnen und Schüler sollen

- Kochbücher als historische Quellen für Alltagsgeschichte einordnen können
- den Wandel innerhalb der Zusammensetzung von Rezepten und der Rezeptauswahl in Kochbüchern erläutern und begründen
- diesen Wandel und die ihn bedingenden Einflüsse (Moden, Trends, Lebensmittelproduktion usw.) exemplarisch darstellen, begründen und bewerten
- sich ergebende Schwierigkeiten bei der Zubereitung einer Speise nach einem historischen Rezept begründen und bewerten

4. Fragestellungen

- Seit wann gibt es Kochbücher und wie sind Rezepte aufgebaut?
- Welche Entwicklung ist in der Kochbuchhistorie zu verzeichnen?
- Was fällt bei der Analyse historischer Kochbücher auf?
- Wie haben sich die Darstellungen der Rezepte im Verlauf der letzten Jahrhunderte verändert?
- Welche Speisen, Zutaten und Zubereitungsverfahren aus historischen Kochbüchern sind heute nicht mehr bekannt?

5. Material

Davidis, Henriette (1887): Praktisches Kochbuch für die gewöhnliche und feinere Küche. Mit besonderer Berücksichtigung der Anfängerinnen und angehenden Hausfrauen. Nach dem Tode der Verfasserin fortgeführt von Luise Rosendorf, Bielefeld und Leipzig.

Übersicht über digitalisierte und/oder transkribierte historische Kochbücher, Backbücher und handschriftliche Rezeptsammlungen

abrufbar unter: <http://de.wikisource.org/wiki/Kochb%C3%BCcher>

Kochbuchsammlung,

abrufbar unter: www.kochbuchsammler.de

Gastreas Küchenklatsch, Gerichte und Geschichten,

abrufbar unter: <http://geist-der-kochkunst.de/categories/>

Abenteuer 1900. Leben im Gutshaus,

die 16teilige Serie der ARD ist z. B. abrufbar unter:

https://www.youtube.com/watch?v=RUhNUFSP_kM,

<https://www.youtube.com/watch?v=3sh1WVDpMKQ>

6. Hintergrundinformationen und weitere interessante Links, Literatur etc. für die Hand der Lehrperson

Baumgärtner, U. (2003): "Das Kochen ist schon der Gesundheit wegen nicht als Nebensache zu betrachten". Das "Praktische Kochbuch" von Henriette Davidis als historische Quelle, in: Geschichte lernen 16,92, S. 40 – 47.

Methfessel, B. (2005): Fachwissenschaftliche Konzeption: Soziokulturelle Grundlagen der Ernährungsbildung, Paderborn (Paderborner Schriften zur Ernährungs- und Verbraucher-bildung 7)

abrufbar unter: http://groups.uni-paderborn.de/evb/docs/07_2005-Soziokulturelle_Grundlagen.pdf

Schlegel-Matthies, K. (1997): Regionale Speisen in Kochbüchern des 19. und 20. Jahrhunderts, in: Teuteberg, Hans Jürgen, Alois Wierlacher, Gerhard Neumann (Hg.): Essen und kulturelle Identität – Europäische Perspektiven, Berlin, S. 212 – 227.

Thimm, U.; K.-H. Wellmann (Hg.) (2004): In aller Munde. Ernährung heute, Frankfurt a.M.

7. Hintergrundinformationen und weitere interessante Links, Literatur etc. für die Schülerinnen und Schüler

Übersicht über digitalisierte und/oder transkribierte historische Kochbücher, Backbücher und handschriftliche Rezeptsammlungen

Abrufbar unter: <http://de.wikisource.org/wiki/Kochb%C3%BCcher>

Kochbuchsammlung,

abrufbar unter: www.kochbuchsammler.de

Gastreas Küchenklatsch, Gerichte und Geschichten,

abrufbar unter: <http://geist-der-kochkunst.de/categories/>

Abenteuer 1900. Leben im Gutshaus,

die 16teilige Serie der ARD ist z. B. abrufbar unter:

https://www.youtube.com/watch?v=RUhNUFSP_kM,

<https://www.youtube.com/watch?v=3sh1WVDpMKQ>

Vorschläge für den Unterricht

Problematisierung

Das kann man doch nicht essen!

Methodentyp:	Rezeptanalyse und Plenumsdiskussion
Ziele:	Auseinandersetzung mit den individuellen Vorstellungen darüber, was als essbar oder nicht essbar angesehen wird
Inhalt:	Kochbücher und Rezepte als Spiegel des Wandels dieser Vorstellungen
Dauer:	45 Minuten
Material:	Rezeptbeispiele, ältere Kochbücher aus der Stadtbibliothek oder aus dem Internet (z.B. von: http://de.wikisource.org/wiki/Kochb%C3%BCcher , dort können alte Kochbücher virtuell durchstöbert werden, dann ggfs. Internetzugang)

Anleitung:

Die Schülerinnen und Schüler arbeiten in Gruppen zu je vier Personen und bekommen beispielsweise die beiden exemplarischen Rezepte oder eines der virtuellen Kochbücher oder der mitgebrachten alten Kochbücher. Sie suchen in den Kochbüchern nach – aus ihrer Sicht – nicht essbaren Rezeptzutaten und diskutieren darüber, warum solche Zutaten in älteren Kochbüchern als Lebensmittel auftauchen. Zu erwarten ist, dass beispielsweise Schweinepfoten, Schwarten oder Innereien wie Nieren, Leber, Kutteln, Bries, Geflügelmägen usw. oder auch die in den angegebenen Rezepten erwähnten Tiere Dachs und Schildkröte als nicht essbar angesehen werden.

Im Plenum sollen Vermutungen gesammelt und als Tafelanschrieb notiert werden, warum diese Speisebestandteile in der Vergangenheit gegessen wurden und warum sie heute von den Schülerinnen und Schülern als womöglich nicht essbar angesehen werden.

In der anschließenden Plenumsdiskussion sollte dann die Frage behandelt werden, was mit den Bestandteilen von Schlachttieren geschieht, die hier und heute nicht mehr auf dem Speiseplan stehen.

Anmerkung:

Es kann auch nach heute nicht als Nahrungsmittel angesehenen Obst- und Gemüsepflanzen oder (Wild-)Kräutern geschaut werden. Gerade das Thema Fleisch bietet aber sehr eindrückliche Beispiele, so wird man in den aktuellen Kochbüchern heute überwiegend Rezepte für kurzgebratene Fleischstücke oder Schmorgerichte finden. Die Auswahl an unterschiedlichen Fleischbestandteilen in den Rezepten ist sehr gering geworden.

Hier gibt es eine direkt Anknüpfungsmöglichkeit an den Baustein 3 mit der Umsetzungsmöglichkeit zu den Hühnerfleischexporten nach Afrika.

Rezept aus dem Jahr 1887

Schildkrötensuppe

Mittelgroße Schildkröten sind den großen vorzuziehen, weil das Fleisch der letzteren gewöhnlich hart und zäh ist. Die Schildkröte wird am Morgen des dem Gebrauch vorangehenden Tages bei den Hinterfüßen aufgehängt, der Kopf, sobald sie denselben lang aus dem Schilde streckt, ergriffen und mit einem scharfen Messer abgeschnitten; danach lässt man sie 4 Stunden hängen und ausbluten, legt sie auf ein Küchenbrett, schneidet die weiße Platte ringsum von dem oberen Schilde ab – und nimmt vorsichtig das Eingeweide weg, damit die Galle, welche bekanntlich aus der Leber fließt, unverletzt bleibt und gänzlich entfernt werden kann. Leber und Herz, auch wenn sich Eier vorfinden möchten, legt man in frisches Wasser; die Därme werden nur dann gereinigt und in Wasser gelegt, wenn man sie zu Würstchen verwenden will; den mit Stacheln versehenen Mastdarm brühe man zum Reinigen und Abziehen der Stacheln in heißen Wasser ab. Nach dem Herausnehmen der Gedärme schneidet man die Vorderfüße – Ruder genannt – mit ziemlich großen Fleischlumpen von ihrer Seite heraus, die Hinterfüße enthalten kleinere Fleischstücke. Die Flossen werden, soweit die Außenseite geht, abgeschnitten, und Füße und Bauchplatte in kochendem Wasser abgebrüht, so dass die Haut schuppenweise abgezogen werden kann. Die Schildkröte ganz zu kochen, wie es wohl auch geschieht, ist nicht anzuraten, da alsdann viel Schleim und starker Geruch zurückbleibt.

Man wäscht nun das Fleisch gut ab, legt es einige Stunden in kaltes Wasser, wechselt solches mehrere Male und hängt dann das Fleisch auf, damit es über Nacht auslüfte. Am anderen Tage setzt man Fleisch und Herz zur beliebigen Zeit mit schwacher Rindfleisch-Bouillon, welche schon am vorhergehenden Tage gekocht sein kann, und dem nötigen Salz aufs Feuer, nimmt den Schaum sorgfältig ab, gibt ein Bündchen Dragon und Thymian, feingehackte Zwiebeln und eine Flasche weißen Wein hinzu, und lässt es, gut zugedeckt, langsam weich kochen. Dann nimmt man es aus der Brühe und schneidet es, nachdem es abgekühlt ist, in zierlich längliche Stückchen. Die Leber wird nicht mitgekocht, sondern in Butter weich gedämpft, beim Anrichten in Scheiben geschnitten und in die Terrine gelegt.

Die Schildkrötensuppe wird sowohl klar als auch gebunden gegeben; letzteres aber von den meisten vorgezogen. Man macht dazu Mehl in Butter braun, rührt es mit Brühe fein und gibt es mehr zuletzt an die Suppe. Das Schildkrötenfleisch lässt man $\frac{1}{4}$ Stunde in der Suppe, sowohl in einer klaren als auch gebundenen, kochen, würzt sie mit Ingwer, Cayenne-Pfeffer, Nelken und Muskatblüte, dies alles pulverisiert; auch gibt man Klöße hinein, welche von etwas zurückgelassenem rohen

Schildkrötenfleisch gemacht werden, wie folgt: Es wird dieses mit reichlich Ochsenmark möglichst fein zerhackt, dann noch mit Mörser breiartig zerstoßen, mit Milchbrot, Eiern, Salz, Muskatblüte, abgeriebener Zitronenschale und weißem Pfeffer gut vermenget und Klößchen davon aufgerollt. Statt derselben kann man auch Kalbfleischklöße nehmen. Da Klöße überhaupt in einer gebundenen Suppe so leicht dicht werden, so geht man sicherer, sie in der Suppe zu kochen, ehe Mehl hingegeben wird, und mit etwas kochender Suppe bis zum Anrichten in der Terrine heiß zu halten.

Hat man Kenner zu Tafel, und hält es für gut, Schildkröten-Würstchen in der Suppe zu geben, so nimmt man dieselbe Farce wie zu den bemerkten Klößen, mischt noch ein kleines Glas Kognak, etwas feingehackte, in reichlich Ochsenmark geschwitzte Schalotten, auch etwas weißen Pfeffer und geriebene Leber durch, füllt diese Masse in die kleinen, gereinigten Därme, kocht sie gar und legt sie, in schräge Stücke geschnitten, beim Anrichten in die Terrine. Zuletzt werden die sich etwa vorgefundenen Eier, nebst einer Flasche Madeira in die Suppe gegeben und diese sofort recht heiß auf die Leber und die Klößchen angerichtet.

Eine Schildkröte mittlerer Größe bedarf zum Kochen $1\frac{1}{2}$ -2, eine alte Schildkröte 3-3 $\frac{1}{2}$ Stunden.

(Davidis, Henriette (1887): Praktisches Kochbuch für die gewöhnliche und feinere Küche. Mit besonderer Berücksichtigung der Anfängerinnen und angehenden Hausfrauen. Nach dem Tode der Verfasserin fortgeführt von Luise Rosendorf, Bielefeld und Leipzig, S. 279ff.)

Rezept aus dem Jahr 1887

Dachsbraten

Ein junger Dachs soll sehr zart und wohlschmeckend, Schweinefilet ähnlich sein. Man lege ihn 2-3 Tage lang mit Zwiebeln, gelben Wurzeln, Salbei und allerlei Küchenkräutern, Lorbeerblättern, Pfeffer, Nelken und Salz in Essig, spicke und brate ihn wie einen jungen Hasen, doch seines zarten Fleisches wegen kürzerer Zeit.

**(Rosenberg, Luise (1887):
Praktisches Kochbuch für
gewöhnliche und feinere Küche.
Seite 279ff)**

Davidis, Henriette (1887): Praktisches Kochbuch für die gewöhnliche und feinere Küche. Mit besonderer Berücksichtigung der Anfängerinnen und angehenden Hausfrauen. Nach dem Tode der Verfasserin fortgeführt von Luise Rosendorf, Bielefeld und Leipzig, S. 286)

Umsetzung

Das Kochbuch

Methodentyp:	Erarbeitender Unterricht
Ziele:	Kochbücher als historische Quellen für Alltagsgeschichte einordnen können; den Wandel innerhalb der Zusammensetzung von Rezepten und der Rezeptauswahl in Kochbüchern erläutern und begründen
Inhalt:	Überblick über die Geschichte des Kochbuchs geben
Dauer:	120 Minuten
Material:	Internetzugang für Internetrecherche; Kochbuchsammlung in der Stadtbibliothek (evtl. auch ausleihbar); virtuelle Kochbücher: http://de.wikisource.org/wiki/Kochb%C3%BCcher ; Kochbuchsammlung, abrufbar unter: www.kochbuchsammler.de

Anleitung:

Die Lehrperson leitet die Unterrichtsphase durch einige, mit dem Overheadprojektor projizierte Bilder ein. Dabei zeigt diese den Schülerinnen und Schülern Bebilderungen von Speisen, deren Rezepte zum einen aus historischen und zum anderen aus heutigen Kochbüchern stammen. Durch individuelle Schülerbeiträge entsteht ein offenes Plenumsgespräch, welches von der Lehrperson so geleitet werden soll, dass abschließend die Frage „Woher stammt das Kochbuch und wie hat es sich in den letzten Jahrhunderten entwickelt“ im Raum steht.

Im weiteren Verlauf soll diese Frage durch eine selbstständige Erarbeitung der Schülerinnen und Schüler geklärt werden. Hierbei können ihnen unter anderem das Internet oder städtische Bibliotheken als Rechercheorte dienen. Um jedoch die zahlreichen Themenspektren abzudecken, wäre es empfehlenswert, wenn die Schülerinnen und Schüler arbeitsteilig vorgehen. Mögliche Themenschwerpunkte könnten sein:

- Die Geschichte des Kochbuchs
- Kochbücher von 1700 – 1899
- Kochbücher von 1900 – 1932
- Kochbücher von 1933 – 1950
- Kochbücher von 1950 – 1990
- Kochbücher von 1990 – heute

Nach Beendigung der Erarbeitungsphase sollen alle Gruppen ihre Ergebnisse ihren Mitschülerinnen und Mitschülern durch einen visualisierten Kurzvortrag präsentieren. Daran anschließend sollen in einem Plenumsgespräch noch einmal Präzisierungen vorgenommen werden und eventuelle Teilergebnisse in einen Zusammenhang gebracht werden.

Anmerkung:

Die für die Einführung nötigen Bilder historischer Speisen können die Lehrpersonen über Onlinesuchmaschinen (Google, Yahoo usw.) auswählen. Aktuellere Bilder können aus den entsprechend bebilderten Kochbüchern entnommen werden.

Kochbücher gestern und heute – Rezeptzutaten im Vergleich

Methodentyp: [Expertenpuzzle](#)

Ziele: Unterschiede zwischen den Rezeptzutaten aufzeigen

Inhalt: Eigene Erfahrungen mit Rezeptzutaten von historischen und heutigen Kochbüchern sammeln

Dauer: 70 Minuten

Material: Alte Kochbücher aus unterschiedlichen Jahrzehnten/Jahrhunderten, aktuelle Kochbücher (Beispielrezepte aus dem Material), Arbeitsblatt

Anleitung:

Die Schülerinnen und Schüler sollen in Gruppen zu jeweils vier Personen die auf dem Arbeitsblatt detailliert aufgeführten Arbeitsaufträge bearbeiten. Dabei sollen die Mitglieder einer Arbeitsgruppe Rezepte miteinander vergleichen und festhalten, welche Unterschiede ihnen hinsichtlich der Rezeptzutaten, bei den aus verschiedenen Zeitepochen stammenden Rezepten, auffallen. Unterdessen ist zu beachten, dass die Gruppen mit Rezepten verschiedener Zeitepochen ausgestattet werden, um die Methode des Expertenpuzzles bestmöglich durchzuführen. Darauf folgend findet eine sogenannte Mischung der Experten statt, dies bedeutet, dass sich nun neue Gruppen bilden, in denen sich aus jeder vorherigen Gruppe ein Experte oder eine Expertin befindet. Im Verlauf dieser Arbeitsphase sollen sich die Schülerinnen und Schüler über ihre Ergebnisse austauschen.

Daran anschließend wird im Plenum eine gemeinsame Mindmap, in welcher Rezeptzutaten der historischen Kochbücher mit denen von heute verglichen werden, an der Tafel fixiert.

Anmerkung:

Hier sind nur drei Themenschwerpunkte exemplarisch angegeben, je nach Anzahl der Schülerinnen und Schüler müssen weitere Schwerpunkte (z. B. Rezepte in Zeiten des Mangels, Rezepte aus der Wirtschaftswunderzeit usw.) zusammengestellt oder Gruppen doppelt besetzt werden.

Damit die Schülerinnen und Schüler die historischen Rezepte mit heutigen vergleichen können, müssen entweder durch die Lehrkraft oder durch die Schülerinnen und Schüler selbst aktuelle Kochbücher zur Verfügung stehen. Exemplarisch sind zu den Arbeitsblättern aktuelle Rezepte beliebter „Fernsehköche“ angeführt, da die Jugendlichen diese Köche und Köchinnen kennen.

Alternative:

Ebenso könnten die Schülerinnen und Schüler selbst in historischen und aktuellen Kochbüchern stöbern, mit derselben Aufgabenstellung, ohne dass ein Arbeitsblatt nötig wäre.

Kochbuch von 1884

Arbeitsauftrag

Welche Unterschiede könnt ihr zwischen dem Rezept von 1884 und dem Rezept von 2011 feststellen?

Welche Angaben sind im alten Rezept nicht zu finden?

Was ist anders, was ähnlich?

Wie sieht es mit den Mengenangaben aus?

Was fällt euch noch auf?

20. Kartoffelsuppe mit Fleisch-, Braten- oder Schinkenresten.

Die Fleischreste, welcher Art sie auch sein mögen, werden ganz fein gehackt, Sehnen und Haut entfernt. Zu gleicher Zeit kocht man für 6 Personen 1 Pfund geschälte rohe Kartoffeln in Salzwasser gar, gießt sie rein ab, läßt sie abdampfen und reibt sie alsdann mit den Fleischresten in einem Mörser zu einem feinen glatten Brei, welchen man mit Fleischbrühe zu einer sämigen Suppe verdünnt und diese, nachdem sie mit dem erforderlichen Salz 15 Minuten langsam gekocht hat, über gerösteten Brodwürfeln anrichtet. Zu dieser Suppe kann man sehr gut die Brühe von einem ausgekochten Knochen von Rinds-, Kalbs- oder Schweinebraten, auch von einem geräucherten Schinken verwenden.

Anmerkung:

Im Internet gibt es zahlreiche Rezeptsammlungen von Fernsehköchen und -köchinnen, die auch für Jugendliche von Interesse sind. Da können immer wieder aktuelle Rezepte recherchiert werden. hier werden nur Beispiele angeben.

Ein Beispiel für ein aktuelles Rezept wäre:

**Cornelia Poletto: Grundkurs Kochen – Kartoffelsuppe classico mit Croûtons
(<https://www.321kochen.tv/cms/rezept-uebersicht/rezepte/kartoffelsuppe-classico-mit-croutons-rezepte>)**

Kochbuch von 1884

Arbeitsauftrag

Welche Unterschiede könnt ihr zwischen dem Rezept von 1884 und dem Rezept von 2011 feststellen?

Welche Angaben sind im alten Rezept nicht zu finden?

Was ist anders, was ähnlich?

Wie sieht es mit den Mengenangaben aus?

Was fällt euch noch auf?

84. Gefüllte Kartoffeln. 1. Art.

Man nimmt ein Kalbsgehirn, wässert und blanchirt dasselbe, zieht die Adern heraus, hacht es mit dem gleichen Gewicht von zartem rohen Schinken, einer kleinen Zwiebel und etwas Citronenschale ganz fein, verrührt die Masse mit 2 ganzen Eiern, 3 Löffeln dicker saurer Sahne, dem nöthigen Salz und etwas gestoßenem Pfeffer zu einer feinen Farce und treibt dieselbe durch ein Sieb. Während dies geschieht, hat man 15—20 große Kartoffeln sauber geschält, gewaschen und in Salzwasser halb gar gekocht. Dann gießt man dieselben schnell ab, schneidet von jeder Kartoffel einen Deckel, höhlt dieselbe mit einem scharfen Messer, ohne die Außenwände zu verletzen, aus, füllt sie mit der Farce und bindet den Deckel wieder fest darauf. Die so vorbereiteten Kartoffeln werden in eine Casserolle mit steigender Butter gesetzt und mit etwas guter brauner Bratensoße langsam 1 Stunde gedämpft, bis sie weich, bräunlich und glänzend sind. Die Casserolle muß mit einem irdenen Deckel zugedeckt werden, damit so wenig Dampf als möglich entweicht und sich eine kräftige, kurz gebundene Sauce bildet.

Anmerkung:

Im Internet gibt es zahlreiche Rezeptsammlungen von Fernsehköchen und -köchinnen, die auch für Jugendliche von Interesse sind. Da können immer wieder aktuelle Rezepte recherchiert werden. hier werden nur Beispiele angeben.

Ein Beispiel für ein aktuelles Rezept wäre:

Polettos Kochschule – gefüllte Kartoffeln

Gefüllte Ofenkartoffeln mit Lachs (Link: <https://www.321kochen.tv/cms/rezept-uebersicht/rezepte/gefuellte-ofenkartoffeln-mit-lachs-und-meerrettich-rezepte>)

Kochbuch von 1915

Arbeitsauftrag

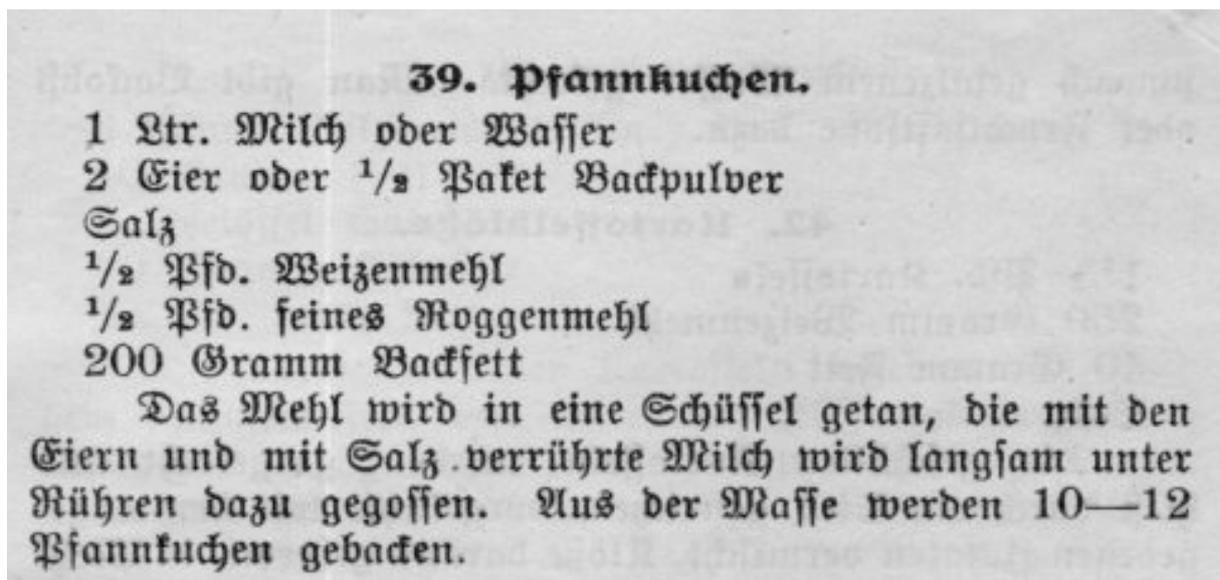
Welche Unterschiede könnt ihr zwischen dem Rezept von 1915 und dem Rezept von 2009 feststellen?

Welche Angaben sind im alten Rezept nicht zu finden?

Was ist anders, was ähnlich?

Wie sieht es mit den Mengenangaben aus?

Was fällt euch noch auf?



Quelle: Kriegskochbuch. Anweisungen zur einfachen und billigen Ernährung, Hamburg 1915, S. 29

Anmerkung:

Im Internet gibt es zahlreiche Rezeptsammlungen von Fernsehköchen und -köchinnen, die auch für Jugendliche von Interesse sind. Da können immer wieder aktuelle Rezepte recherchiert werden. hier werden nur Beispiele angeben.

Ein Beispiel für ein aktuelles Rezept wäre:

Pfannkuchen mit Pfifferlingen

Link: <https://www.321kochen.tv/cms/rezept-uebersicht/rezepte/gefüllte-ofenkartoffeln-mit-lachs-und-meerrettich-rezepte>

Kochbuch von 1915

Arbeitsauftrag

Welche Unterschiede könnt ihr zwischen dem Rezept von 1915 und dem Rezept von 2011 feststellen?

Welche Angaben sind im alten Rezept nicht zu finden?

Was ist anders, was ähnlich?

Wie sieht es mit den Mengenangaben aus?

Was fällt euch noch auf?

56. Hammelfleisch mit Reis.

In etwas Fett läßt man viel Zwiebelringe hellgelb rösten, gibt $\frac{3}{4}$ Pfd. in Würfel geschnittenes Hammelfleisch dazu und dämpft es eine Viertel Stunde. Dann gibt man 3 Eßlöffel Tomatenmark, etwas Essig und eine Prise Zucker dazu, dämpft dies, bis das Fleisch fast weich ist, jetzt kommt noch $\frac{1}{4}$ Liter Reis, $\frac{1}{2}$ Liter Wasser, das nötige Salz und ein kleines Stückchen Butter daran. Das Ganze wird nun fertig gedämpft, bis der Reis weich ist.¶

Quelle: Nefflen, Meli (1915): Kochbüchlein für die Kriegszeit: Eine Sammlung bewährter u. erprobter Rezepte, Ebingen, S. 28

<http://tudigit.ulb.tu-darmstadt.de/show/50-8340/0031?sid=b898488a94a9a6248f0c087abc5e9bce>

Anmerkung:

Im Internet gibt es zahlreiche Rezeptsammlungen von Fernsehköchen und -köchinnen, die auch für Jugendliche von Interesse sind. Da können immer wieder aktuelle Rezepte recherchiert werden. hier werden nur Beispiele angeben.

Ein Beispiel für ein aktuelles Rezept wäre:

Jamie Oliver: Rezept für gegrilltes Lamm-Kebab mit Pistazien und würzigem Salat-Wrap

Rezept aus: Jamie at Home, Staffel II – 2011, SIXX

Link: <http://www.sixx.de/lifestyle/jamie-oliver/jamie-oliver-rezepte/jamieolivergegrillteslammkebab/>

Kochbuch von 1962

Arbeitsauftrag

Welche Unterschiede könnt ihr zwischen dem Rezept von 1962 und dem Rezept von 2011 feststellen?

Welche Angaben sind im alten Rezept nicht zu finden?

Was ist anders, was ähnlich?

Wie sieht es mit den Mengenangaben aus?

Was fällt euch noch auf?

Königsberger Klops

Zutaten:

400g Gehacktes (halb Rind-, halb Schweinefleisch)

1 alte Semmel (Brötchen)

1 Eiweiß

1 Zwiebel

1/2 Salzhering (nach Belieben)

etwas Salz

etwas Pfeffer

40 g Butter oder Margarine

40 g Weizenmehl

½ l Brühe oder Wasser

1 Eßl. Kapern

1 Teel. Zitronensaft

1 Eigelb und 2 Eßl. Kaltes Wasser zum Verquirlen

Aus dem Fleisch, der eingeweichten, gut ausgedrückten Semmel, dem Eiweiß, der feingehackten Zwiebel (nach Belieben in etwas Fett andünsten) und dem feingewiegten Salzhering einen geschmeidigen Teig herstellen, ihn mit Salz und Pfeffer abschmecken und Klöße daraus formen.

Für die Soße das Fett auf großer Flamme zerlassen. Das Mehl unter Rühren so lange darin erhitzen, bis es hellgelb ist. Damit keine Klumpen entstehen, die Brühe (Wasser) nach und nach hinzugießen und mit einem Schneebesen durchschlagen. Die Soße zum Kochen bringen, die Klöße hineingeben und sie 15 Minuten auf kleiner Flamme darin ziehen lassen. Dann die Soße mit Kapern, Zitronensaft und Salz abschmecken und mit dem verquirlten Eigelb abziehen.

Kochzeit: Etwa 15 Minuten

Quelle: Dr. Oetker Schulkochbuch. Für den Gasherd. 22. Völlig neu bearb. Aufl., Bielefeld 1962, S. 98

Anmerkung:

Im Internet gibt es zahlreiche Rezeptsammlungen von Fernsehköchen und -köchinnen, die auch für Jugendliche von Interesse sind. Da können immer wieder aktuelle Rezepte recherchiert werden. hier werden nur Beispiele angeben.

Ein Beispiel für ein aktuelles Rezept wäre:

Cornelia Poletto: Rezept Königsberger Klopse in Kapernsauce (Berlin), Quelle: ARD Büffet, Montag 28.11.2011 (Link: <https://www.swr.de/buffet/guten-appetit/-/id=8927054/property=download/nid=257024/1r7ql1z/index.pdf>)

„Kochen wie früher“

Methodentyp: Handwerkliche Praxis der Nahrungszubereitung

Ziele: Selbstständiges Zusammenstellen eines Menüs

Inhalt: In einem Wettbewerb sollen die Schülerinnen und Schüler selbstständig ein Menü zusammenstellen

Dauer: 120 Minuten

Material: Schulküche, Lebensmittel, Rezeptbücher/Internet für die Recherche

Anleitung:

Die Schülerinnen und Schüler erhalten die Aufgabe, in Gruppen à vier Personen, innerhalb von 90 Minuten ein eigenständig zusammengestelltes 3 Gänge Menü zuzubereiten. Es soll demnach eine Vorspeise, eine Hauptspeise und ein Dessert zubereitet werden. Wichtig ist, dass die Gruppen ausschließlich Rezepte aus historischen Kochbüchern verwenden, da sie mit den heutigen Rezepten vertraut sein dürften.

Dabei sollen die Schülerinnen und Schüler die Zubereitung ihres Menüs in einer Tabelle festhalten:

	Zutaten:	Zubereitung:
Vorspeise:		
Hauptspeise:		
Dessert:		

Nach Beendigung der Zubereitungsphase sollen alle Gerichte nach bestimmten Kriterien (Aufgabenerfüllung, Zubereitungsaufwand, Zeiteinteilung, Aussehen, Geschmack) beurteilt werden, dafür kann die Lehrperson gemeinsam mit der Klasse einen bis zehn Punkte pro Kriterium und Gruppe vergeben, so dass am Ende ein Siegerteam feststeht. Die Unterschiede zu heutigen Rezepten sollten abschließend im Plenum diskutiert werden.

Anmerkung:

Wenn der zeitliche Rahmen enger ist, kann auch nur jeweils ein Gericht je Gruppe zubereitet werden (eine Gruppe stellt die Vorspeise her, eine die Hauptspeise usw.).

Das virtuelle Kochbuchmuseum

Methodentyp: Wandzeitung

Ziele: Anwenden der neu erworbenen Kenntnisse

Inhalt: Die Schülerinnen und Schüler sollen, mit allen zuvor gewonnenen Informationen, ein virtuelles Kochbuchmuseum erstellen

Dauer: 60 Minuten

Anleitung:

Die Schülerinnen und Schüler sollen nun ihre erworbenen Kenntnisse zur Kochhistorie und zum Unterschied der Rezeptzutaten zwischen den historischen und den heutigen Rezepten als virtuelles Kochbuchmuseum mithilfe einer Wandzeitung darstellen. Dabei kann eine Zeitleiste als Ausgangspunkt dienen, anhand dieser kann sowohl die Entwicklungsgeschichte der Kochbücher als auch die der Rezeptzutaten aufgezeigt werden.

Anmerkung:

Ein arbeitsteiliges Vorgehen bei der Erstellung der Wandzeitung ist empfehlenswert. Damit das virtuelle Kochbuchmuseum aussagekräftig wird, kann eine Gruppe von Schülerinnen und Schülern mithilfe einer Internetrecherche für eine Bebilderung und passende Rezepte verantwortlich sein.