

Téma: Essen und Trinken

1. Der Ernährungskreis – alles, was wir brauchen

Bei einer gesunden Ernährung kommt es darauf an, was wir essen und trinken. Der Ernährungskreis hat alle Lebensmittel in sieben Gruppen geordnet. Jede Gruppe enthält lebenswichtige Stoffe. Ihr täglicher Speiseplan ist abwechslungsreich und reich und gesund, wenn er Lebensmittel aus allen sieben Gruppen enthält!

1. Milch und Milchprodukte (Kalzium, Eiweiß)
2. Fleisch, Wurst, Fisch, Eier (Eiweiß, Fett, Mineralstoffe, Vitamine)
3. Brot, Getreide, Reis, Nudeln, Kartoffeln (Ballaststoffe)
4. Gemüse (Vitamine, Mineralstoffe)
5. Obst (Vitamine, Mineralstoffe)
6. Fette und Öle (Vitamine, Fettsäuren)
7. Getränke



Erklären Sie den Ernährungskreis. Welche Produkte gehören zu den sieben Gruppen?

Nennen Sie Beispiele!

2. Sprechen Sie über das Essen, stellen Sie sich gegenseitig Fragen!

Was ist Ihr Lieblingsgericht?

Was ist Ihr Lieblingsgetränk?

Was können Sie überhaupt nicht ausstehen?

Was hatten Sie als Kind am liebsten? Was möchten Sie gar nicht?

Welche Essgewohnheiten haben Sie? Was essen Sie normalerweise zum Frühstück, zum Mittagessen, Abendessen?

Essen Sie öfter im Fast food, im Restaurant oder in der Kantine (Schulküche)?

3. Rezepte

Erzählen Sie: Kochen und backen Sie gerne? Was ist Ihre Spezialität?

Wie bereitet man sie zu?

Sehen Sie die Sendungen über das Kochen fern? (Master Chef,...)

4. Welches Wort passt nicht dazu?

- Messer – Gabel – Glas – Löffel – Besteck
- Appetit – Hunger – Durst – Mahlzeit – Prosit – Speise
- kosten – backen – braten – grillen – dünsten –
- Gasthaus – Kaffeehaus – Küche – Restaurant – Wirtshaus
- Koch – Rezept – Zutaten – Zubereitung – Küche



5. In diesen Sprichwörtern dreht sich alles ums Essen.

Erklären Sie sie.

Hunger ist der beste Koch.	Hlad je najlepším kuchárom
Viele Köche verderben den Brei.	Veľa kuchárov presolí polievku.
Liebe geht durch den Magen.	Láska ide cez žalúdok.
Ein voller Bauch studiert nicht gern.	Plné brucho nerado sa učí.
Der Appetit kommt beim Essen.	S jedlom rastie chuť.
Was der Bauer nicht kennt, das isst er nicht.	Čo sedliak nepozná, to nezje.

6. Schreiben Sie eine Erzählung aus der Perspektive des Tisches, der in Ihrer Küche steht. Das Hauptthema der Erzählung (100 -120) soll das Frühstück am Wochenende in Ihrer Familie sein. Benutzen Sie den Wortschatz (Geschirr, Essen, Getränke, Frühstück, Zeit, Besteck, Atmosphäre, ...)

7. Das Alphabet beim Essen und Trinken. Führen Sie zu jedem Buchstaben eine Speise oder ein Getränk an. Vergessen Sie nicht den Artikel.

A	M
B	N
C	O
D	P
E	R
F	S
G	T
H	U
I	V
K	W
L	Z