

## Gesprächsleitfaden: Gemüse-Pommes mit Dips

Die Zutaten liegen auf den Tisch: Kartoffeln, Karotten, Pastinaken, Rote Bete, Süßkartoffeln, Ei, Öl, Essig, Senf, Kichererbsen, Tahini, Knoblauch, Kreuzkümmel, Zitrone, Gurke, Minze, Quark und Joghurt, Pfeffer und Salz

### **1. Warenkunde Wurzel- und Knollengemüse**

**Frage:** Was kommt heute vom Garten in die Küche?

**Antwort:** Pastinaken (Wurzelgemüse), Möhren (Wurzelgemüse), Knollensellerie (Knollengemüse), Süßkartoffeln (Knollengemüse), Rote Beete (Knollengemüse)

**Frage:** Was glaubt ihr, warum bildet eine Pflanze Knollen oder dicke Wurzeln aus?

**Antwort:** Die Pflanze speichert dort alle wichtigen Nährstoffe, die sie zum Leben braucht. Wenn es z.B. mal nicht regnet oder es sehr kalt ist im Winter, kann sie erstmal von dem Wasser und den Nährstoffen aus der Knolle/Wurzel leben.

**Frage:** Woraus werden Pommes gemacht?

**Antwort:** Aus Kartoffeln!

**Frage:** Wir machen heute nicht nur Pommes aus Kartoffeln, sondern auch aus dem anderen Gemüse, das wir heute mitgebracht haben.

### **2. Dip-Rezepte Mayonnaise, Hummus und Tzatziki**

**Frage:** Wir haben hier ein Ei, Öl, Essig, Senf und Salz stehen. Was kann man daraus machen?  
Ein Tipp: Viele essen es gerne mit Pommes und es ist kein Ketchup...

**Antwort:** Mayonnaise!

**Frage:** Es gibt aber nicht nur Mayonnaise zu unseren Pommes, sondern noch zwei weitere Dips: Tzatziki und Hummus. Wer weiß, was in Tzatziki drin ist? Wer weiß, was in Hummus drin ist?

**Antwort:** Joghurt, Quark, Gurken und Knoblauch

Kichererbsen (Hülsenfrucht!), Tahini, Knoblauch, Kreuzkümmel, Salz und Zitronensaft

### **Verteilen der Rezepte**

- Jede Gruppe macht Pommes
- Ein Team macht Tzatziki, ein Team macht Mayo, ein Team macht Hummus

### **Lernzielkontrolle und Reflexionsfragen**

Woraus sind Pommes frites gemacht? Warum essen wir Wurzeln und Knollen? Was ist in Mayonnaise drin?

Was hast Du heute zum ersten Mal gehört, gesehen, gerochen, geschmeckt oder gemacht?

Was hat dir am besten gefallen?