



# DOWNLOAD

Denise Reinholdt

## Chili con Carne

Rezept und Zubereitung



Downloadauszug  
aus dem Originaltitel:

PERSEN

Das Werk als Ganzes sowie in seinen Teilen unterliegt dem deutschen Urheberrecht. Der Erwerber des Werkes ist berechtigt, das Werk als Ganzes oder in seinen Teilen für den eigenen Gebrauch und den **Einsatz im eigenen Unterricht** zu nutzen. Die Nutzung ist nur für den genannten Zweck gestattet, **nicht jedoch für** einen schulweiten Einsatz und Gebrauch, für die Weiterleitung an Dritte (einschließlich aber nicht beschränkt auf Kollegen), für die Veröffentlichung im Internet oder in (Schul-)Intranets oder einen weiteren kommerziellen Gebrauch.

**Eine über den genannten Zweck hinausgehende Nutzung bedarf in jedem Fall der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlages.**

**Verstöße gegen diese Lizenzbedingungen werden strafrechtlich verfolgt.**

Download  
zur Ansicht

# Erläuterungen zum Rezeptteil

Sie finden in den Unterrichtshinweisen zu den Rezepten zwei Symbole, die Auskunft über Dauer und Kosten eines Rezepts geben sollen:

### Zeitangaben



Blitzrezept (15–30 min)



1 Stunde (45–60 min)



Doppelstunde (90 min)

Diese Zeitangaben gelten für Zubereitung und Garzeit bei geübten Schülern, die die Abläufe in der Schulküche beherrschen.

### Preisangaben



bis 50 Cent



bis 1 €



bis 1,50 €

Diese Kosten gelten pro Person in einer 4er-Gruppe. Spezielle Lebensmittel für Allergiker und die in den Unterrichtshinweisen vorgeschlagenen Variationen/Beilagen sind nicht in der Kalkulation enthalten.

### Ernährungsinfos

Hier finden Sie Hinweise auf Zutaten, die für Allergiker bedenklich sein könnten. Ich habe dabei jedoch nur folgende Nahrungsmittelallergien gekennzeichnet, da sie mir im Alltag mit Schülern am häufigsten begegnet sind:

- Milchprodukte
- Gluten (Zöliakie)
- Erdnüsse/Nüsse allgemein

Darüber hinaus gibt es eine große Anzahl weiterer Allergien und Nahrungsmittelunverträglichkeiten (z. B. Äpfel, Gewürze ...). Mein Tipp: Da ich kein Risiko eingehen möchte, frage ich immer am Anfang des Schuljahres in einem Elternbrief ab, ob Nahrungsmittelallergien bestehen. Diese werden dann bei der Auswahl der Rezepte beachtet.

Neben dem Problem Allergien sollte man beachten, dass Schüler teilweise aus religiösen und/oder ethischen Gründen auf Fleisch bzw. Schweinefleisch verzichten. Durch gute Absprache und Planung ist es möglich, den Einkauf so zu erledigen, dass auch diese kleinen Einschränkungen problemlos gemeistert werden können.

### Das Rezept im Unterricht

An dieser Stelle finden Sie Vorschläge zur Einordnung in unterrichtliche Lehrplanthemen. Manche Rezepte bieten sich dabei besonders gut für diese Themen an oder sind bereits in den vorangegangenen Unterrichtsvorschlägen zu dem Themenfeld eingearbeitet. Sie finden hier beispielsweise Informationen, was bei der Zubereitung besonders zu beachten ist und teilweise auch Unterrichtsideen, mit denen man das Rezept im Unterrichtsgespräch noch weiter aufarbeiten kann.

### Einkaufsliste

An dieser Stelle finden Sie eine Einkaufsliste für die Zubereitung für vier Gruppen à jeweils vier Personen, also 16 Portionen. Diese Einkaufslisten sind die Grundlage der Berechnung für die Preiskennzeichnung. Die Einkaufsliste enthält nur die Lebensmittel, die in der Zutatenliste genannt werden. Darüber hinausgehende Tipps oder Beilagen sind in der Auflistung meist nicht enthalten und müssen nach Wunsch ergänzt werden.

Zeitangabe 

Kosten   

## Ernährungsinfos

Achtung: enthält Fleisch/Schweinefleisch.

Die Zubereitung mit Rinderhack statt Hackfleisch vom Schwein ist völlig problemlos. In einer vegetarischen Variante kann man statt Fleisch Räuchertofu verwenden oder einfach das Gemüse mit Mais oder weißen Bohnen ergänzen.

## Alternative Zubereitung

Man kann auch ein „Zwei-Einheiten-Rezept“ daraus machen, indem man die Zutatenmenge auf 6 Portionen erhöht und dann 2 Portionen einfriert. Diese Portion wird in der nächsten Stunde erhitzt und als Füllung für Wraps verwendet.

## Das Rezept im Unterricht

Passende unterrichtliche Themen:

- Garverfahren
- Der Dampfdrucktopf
- Gemüse/Hackfleisch
- Internationale Küche/moderne Küche

Wenn die Schüler den Umgang mit dem Dampfdrucktopf nicht zeitnah erarbeitet haben, ist es aus Sicherheitsgründen wichtig – und um Schülern die Angst zu nehmen –, das korrekte Überprüfen, Schließen, Ankochen und Öffnen vorzuführen. Sie können das Rezept auch in einem normalen Topf zubereiten, dann verdreifacht sich allerdings die Garzeit.

Wer es würziger möchte, kann Chili (frisch oder getrocknet), Kreuzkümmel, Knoblauch, etwas Zucker oder gemahlene Koriandersaat zufügen. Selbst Kaffee, Kakaoapulver und dunkles Bier sind als Würze einen Versuch wert.



### Einkaufsliste für 4 Gruppen

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 8 Zwiebeln               | <input type="checkbox"/> 800 ml Gemüsebrühe         |
| <input type="checkbox"/> 12 Paprikaschoten        | <input type="checkbox"/> 2 Becher saure Sahne       |
| <input type="checkbox"/> 12 Tomaten               | <input type="checkbox"/> Salz, Pfeffer              |
| <input type="checkbox"/> 1200 g Hackfleisch       | <input type="checkbox"/> Paprikapulver, Chilipulver |
| <input type="checkbox"/> 4 Dosen Kidneybohnen     | <input type="checkbox"/> Kräuter                    |
| <input type="checkbox"/> 1000 g passierte Tomaten | <input type="checkbox"/> Öl                         |

Name: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

## Chili con Carne

4 Portionen	Zutaten	Arbeitsschritte	Geräte
2 Zwiebeln 3 Paprika 3 Tomaten	Gemüse vorbereiten: • Zwiebeln pellen, würfeln. • Paprika waschen, halbieren, entkernen, würfeln. • Tomaten waschen, halbieren, Blütenboden heraus schneiden, würfeln.	Brett kleines Messer Kochmesser Tomatenmesser 2 Schüsseln 2 Teller Schüssel mit Salzwasser	
2 EL Öl 300 g Hackfleisch 1 Dose Kidneybohnen 250 g passierte Tomaten 200 ml Gemüsebrühe Salz Pfeffer Paprikapulver Chilipulver	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Das Öl in einem Dampfdrucktopf erhitzen.</li> <li>• Zuerst das Hackfleisch anbraten.</li> <li>• Zwiebeln zugeben und anbraten.</li> <li>• Gemüse, passierte Tomaten und Brühe hinzufügen.</li> <li>• Topf schließen, zum Kochen bringen. Auf Kochanzeigstift achten! Dann herunterschalten.</li> <li>• Eintopf 8 Minuten im geschlossenen Dampfdrucktopf garen.</li> <li>• Danach unter fließendem Wasser abkühlen lassen und öffnen.</li> <li>• Eintopf abschmecken.</li> </ul>	Dampfdrucktopf Pfannenwender Dosenöffner Messbecher	
½ Becher	saure Sahne Kräuter	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nach Geschmack mit einem Klecks saurer Sahne und gehackten Kräutern anrichten.</li> </ul>	TL Anrichtegeräth/- besteck



**PERSEN** Alles für ein leichteres Lehrerleben!

Weitere Downloads, E-Books und Print-Titel des umfangreichen Persen-Verlagsprogramms finden Sie unter [www.persen.de](http://www.persen.de)

Hat Ihnen dieser Download gefallen? Dann geben Sie jetzt auf [www.persen.de](http://www.persen.de) direkt bei dem Produkt Ihre Bewertung ab und teilen Sie anderen Kunden Ihre Erfahrungen mit.



Download  
zur Ansicht

© 2015 Persen Verlag, Hamburg  
AAP Lehrerfachverlage GmbH  
Alle Rechte vorbehalten.

Das Werk als Ganzes sowie in seinen Teilen unterliegt dem deutschen Urheberrecht. Der Erwerber des Werks ist berechtigt, das Werk als Ganzes oder in seinen Teilen für den eigenen Gebrauch und den Einsatz im Unterricht zu nutzen. Die Nutzung ist nur für den genannten Zweck gestattet, nicht jedoch für einen weiteren kommerziellen Gebrauch, für die Weiterleitung an Dritte oder für die Veröffentlichung im Internet oder in Intranets. Eine über den genannten Zweck hinausgehende Nutzung bedarf in jedem Fall der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlags.

Sind Internetadressen in diesem Werk angegeben, wurden diese vom Verlag sorgfältig geprüft. Da wir auf die externen Seiten weder inhaltliche noch gestalterische Einflussmöglichkeiten haben, können wir nicht garantieren, dass die Inhalte zu einem späteren Zeitpunkt noch dieselben sind wie zum Zeitpunkt der Drucklegung. Der Persen Verlag übernimmt deshalb keine Gewähr für die Aktualität und den Inhalt dieser Internetseiten oder solcher, die mit ihnen verlinkt sind, und schließt jegliche Haftung aus.

Grafik: Cover/Foto © Paulista – fotolia.com, Afrika Studio – fotolia.com, Hoda Bogdan – fotolia.com, Jürgen Fächle – fotolia.com, Jeanette Dietl – fotolia.com, Murat Sabatli – fotolia.com

Illustration: Mele Brink, Julia Flasche

Satz: Satzpunkt Ursula Ewert GmbH

Bestellnr.: 23445DA9

[www.persen.de](http://www.persen.de)