



## Wahlfach Ernährung

Die Kartoffeln sind geerntet, die Milch vom Tankwagen eingesammelt und das Mischpaket der letzten Schlachtung vom Kunden abgeholt. Was passiert nun mit den landwirtschaftlichen Produkten in der Küche? Im Wahlfach Ernährung machen wir mit dem Lebensmittel den Schritt vom Acker und Stall auf den Teller. Mit hofeigenen Lebensmitteln wie Kartoffeln, Getreide, Milch und Fleisch kochen wir an jedem Unterrichtstag unser Mittagessen und setzen uns mit verschiedenen Lebensmitteln sowie deren Verwendung auseinander. Dabei soll auch der Genuss nicht zu kurz kommen.

## Informationen

### Kursdaten und Zeiten

3 Dienstage (à 9 Lekt), 17.11./24.11./1.12.2026

### Anzahl Lektionen

3 x 9 = 27 Lektionen

### Kursort

Ebenrain-Zentrum, Sissach

### Lernziele

Lernende erlangen Grundkenntnisse in der Zubereitung von Lebensmitteln, insbesondere von Getreide, Kartoffeln, Fleisch und Milch und kennen den Weg von der Produktion bis zum Konsum.

### Inhalt / Niveau

- Unterricht mit praktischen Arbeiten in der Schulküche
- Zubereitung des Mittagessens
- Vertiefte Auseinandersetzung mit verschiedenen Lebensmitteln, deren Verwendung in der Küche und deren Bedeutung in der ausgewogenen Ernährung
- Verarbeitung und Degustation verschiedener Lebensmittel
- Saisonale und regionale Menus gestalten
- Arbeitsorganisation in der Küche und Küchenreinigung

### Stoffvermittlung

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Vorlesung              | <input checked="" type="checkbox"/> Lehrgespräch |
| <input checked="" type="checkbox"/> Fachreferat | <input checked="" type="checkbox"/> Lektüre      |

### Stoffverarbeitung/-vertiefung

- |   |   |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Einzelarbeit      | <input checked="" type="checkbox"/> Gruppenarbeit |
| <input checked="" type="checkbox"/> Gruppendiskussion | <input checked="" type="checkbox"/> Workshop      |
| <input type="checkbox"/> Videotraining                | <input type="checkbox"/> Fallstudien              |
| <input type="checkbox"/> Kurzpräsentation             | <input checked="" type="checkbox"/> Exkursion     |

### Leistungsnachweis

2-3 bewertete Aufträge aus dem Unterricht

### Lehrperson

Lehrpersonen Ernährung der Bildungszentren Ebenrain, Liebegg, Wallierhof

### Lehrmittel

Kursunterlagen werden abgegeben

### Weitere Angaben und Kosten

CHF 65.00 für Lehrmittel, Exkursion und Verpflegung