

PROJEKTWOCHE: Gesundes Frühstück.

Ardiana Sophie
Jean
Lucie

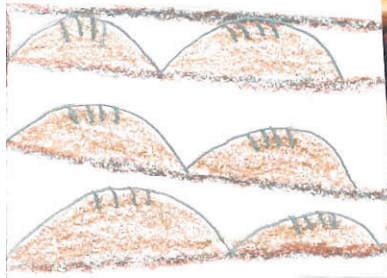
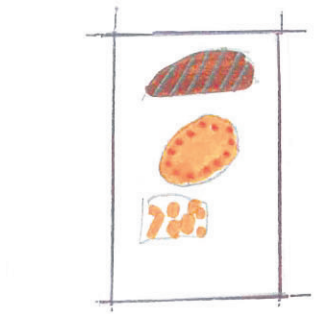
Herr Fonk hat uns gesagt wie man Brot backt. Dazu benötigt er Mehl, Wasser, Prise Salz, Hefe oder Sauerteig, etwas Zucker. Beim rüßen Brot etwas mehr.

Dann kann man noch Körner dazu tun. Sonnenblumenkerne, Roggen, Dinkel, Weizen, Sesam. Danach wird der Teig geknetet.

Dann muss der Teig ruhen.

Danach muss der Teig in dem Ofen Brot (Roggen) 240° 45 min Und danach kann man das Brot essen.

Brot ist ein Grundnahrungsmittel.



Dunkles Brot ist gesünder als helles Brot.



EMILIE
Léandro
gina
Anouk

Soskia Sebastian
Paul Janice
Fre. Hortense

In der Bäckerei wurden viele Leckereien hergestellt.

Zutaten für den Brotteig

Aus diesem Angebot durften wir wählen.

In einem guten Start in den Tag gehört ein gesundes Frühstück. Man soll gute Kohlenhydrate, wie Vollkornbrot essen. Dieses kann man mit Schinken oder Käse belegen. Aber darf man auch am frühen Morgen genießen. Süßigkeiten haben keinen Platz auf dem Frühstückstisch.

Käse Schinken Wurst Ei Gurke Tomate Salat
Korn große
Lina



Weihnachtsstollen



→ Weckmann



Fladen

Foley



Kuchen

Zeun - Arthur



Plätzchen

Morgens frühstücken!

Frühstück = Energie für den Tag

Das lernten wir in dieser Woche.

Das Auge ist mit Hände waschen gemeinsam aufräumen gesunde Produkte essen auch manieren

Königliches Athenäum
St. Vith 3. Schuljahr

