

Vorbereitung

- Nach jedem Block den Server neu starten!

Übungsaufgabe:

- Gehen Sie auf Rezeptauswahl
- Wählen Sie 6 Personen aus. Ach nee, doch nur 4. Dann auf weiter.
- Am Küchentisch sitzen heute u.a. Kevin und Luise. Kevin → Laktoseintoleranz
- Hier ein bisschen ausprobieren, was kommt. Haben Sie fragen dazu?
- Gut, dann wählen Sie jetzt bitte zusätzlich Diabetes aus und schauen Sie nach deutschen Rezepten für Anfänger und Fortgeschrittene.
- Wählen Sie das Grießbrot aus. Wie viele Zutaten werden hierfür benötigt? [8]
- Hier ist die Zutatenliste. Sie kann in die Einkaufsliste konvertiert werden. Hefe, Gries und Roggenmehl müssen Sie noch besorgen. Bitte auswählen und auf weiter.
- Hier sehen Sie die Einkaufsliste. Sie können hier verschiedene Familienmitgliedern Lebensmittel zuweisen, die diese dann einkaufen sollen. Sie erhalten beispielsweise eine SMS.
- Das ist das Ende der App
- Zurück zur Startseite kommt man immer über den Button „Präventionsdienst“. Es gibt keine Zurück-Taste. Manchmal werden Sie den Button „Neustart“ verwenden müssen. In dem Fall werden ich das ansagen.

Anmerkungen:

Bitte hören Sie sich immer die Aufgabenstellung zu Ende an, bevor Sie mit der Eingabe am Gerät beginnen. Das ist für uns sehr wichtig!

Haben Sie noch Fragen? Gut, dann beginnen wir jetzt mit dem eigentlichen Experiment.

Aufgaben GEM-Koch - Block A

Das Mittagessen:

„Im ersten Block wollen wir ein Essen für die Familie kochen. Hier kommt die erste Aufgabe“:

- „Wählen Sie **4 Personen** aus und klicken Sie Rezepte für **Kevin** an. Kevin liebt die **Italienische Küche**. Wählen Sie diese bitte aus. Wie viele Rezepte stehen hier zur Auswahl?“ [6]
- „Anfänger- und Fortgeschrittenenrezepte trauen Sie sich zu, Profirezepte jedoch nicht. Wählen Sie die **Anfänger und Fortgeschrittenen** bitte aus. Wieviele Rezeptvorschläge gibt es jetzt?“ [6]
- „Es soll ein Mittagessen geben. Wir interessieren uns für Gerichte mit und ohne Fleisch. Wählen Sie also **Vegetarisch und Hauptgericht** aus. Wie viele Rezepte stehen hier zur Auswahl?“ [2]
- „Sie haben heute nicht viel Zeit zum Kochen und werden sich für das Gericht mit der kürzeren Zubereitungszeit entscheiden. Klicken Sie gleich auf weiter und schauen Sie sich beide Rezepte an. Für welches Gericht entscheiden Sie sich basierend auf der **Zubereitungszeit?**“ [Thunfisch-Pasta]

Längere Aufgabe:

- „Klicken Sie gleich bitte auf weiter. Sie kommen zur Zutatenliste. **Penne, Tomaten und Zwiebeln** haben sie vorrätig. Fügen Sie die übrigen Zutaten bitte in die Einkaufsliste ein. Gehen Sie dann auf weiter und weisen Sie **Kevin** an, **Thunfisch** mitzubringen. Welche Zutaten müssen noch besorgt werden?“ [Kapern, Oliven]
- „Kevins kleine Schwester Luise wünscht sich noch ein Dessert. Gehen Sie zurück zum Start und wählen Sie **4 Personen** aus. Wählen Sie **Kevin und Luise**. Klicken Sie auf weiter.“ (Pause)
- Wählen Sie nun **Dessert** für **Anfänger und Fortgeschrittene** aus. Wie viele Rezepte stehen zur Auswahl? []
- Wählen Sie das **Soja-Quitten-Eis** aus. Klicken Sie dann auf weiter. Sie haben alles vorrätig, außer **Soja-Drink, Soja-Creme und Quittenmus**. Tragen Sie diese in die Einkaufsliste ein. Gehen Sie auf weiter und weisen Sie diese Artikel **Luise** zu. Wie viele Artikel müssen Sie einkaufen?“ [2]
- „Gehen Sie bitte zurück zum Start.“

Aufgaben GEM-Koch - Block B

Die Geburtstagsparty:

„Im zweiten Block wollen wir eine Geburtstagsfeier vorbereiten. Sie planen für 8 Personen und möchten Gebackenes anbieten. Hier kommt die erste Aufgabe“:

- „Wählen Sie **8 Personen** aus. Wählen Sie dann als Gäste **Selma und Ali** aus. Wählen Sie **Backrezepte für Anfänger**. Wie viele Rezepte werden angeboten?“ [1]
- „Cantuccini hatten wir nicht im Sinn! Wählen Sie zusätzlich **Fortgeschrittener** und **Profi** aus. Wie viele Rezepte sind es nun?“ [4]
- „Hmmm... .Sie schwanken zwischen der Espressotorte und dem Möhren-Nuss-Kuchen. Diesmal soll der Kuchen gewählt werden, der die meisten **Ballaststoffe** enthält. Klicken Sie gleich auf weiter und schauen Sie sich beide Rezepte an. Welcher Kuchen ist ballaststoffreicher?“ [Möhren-Nuss-Kuchen]
- „Ein weiterer Gast hat sich angemeldet. Dieser leidet unter einer Laktoseintolleranz. Wir wollen prüfen, ob sich der Möhren-Nuss-Kuchen hier eignet. Gehen Sie bitte auf **Neustart**. Wählen Sie **9 Personen** aus. Dann wählen Sie **Ali und Selma** aus.“ (P)
- „Gehen Sie auf weiter. Wählen Sie nun erneut die **Backrezepte für Fortgeschrittene und Profis** aus. Klicken Sie außerdem „**Laktoseintoleranz**“ an. Ist der Möhren-Nuss-Kuchen unter den Rezepten?“ [ja]

Längere Aufgabe

- „Klicken Sie nun auf weiter. Sie kommen zur Zutatenliste. **Bio-Zitronen, Haselnusskerne und Orangensaft** müssen Sie noch einkaufen. Fügen Sie diese bitte in die Einkaufsliste ein. Gehen Sie auf weiter und weisen Sie **Ali die Zitronen** und **Selma die Haselnusskerne** zu. Wie viele Zitronen muss Ali einkaufen?“ [2 Stück]
- „Am Abend soll es dann auch noch einen kleinen Snack geben, vielleicht eine Suppe. Gehen Sie gleich bitte zurück zum Start. Wählen Sie erneut **9 Personen** aus und wählen Sie dann **alle 4 Teilnehmer** aus. Klicken Sie dann auf weiter.“ (P)
- „Suchen Sie nach **Hauptgerichten für Anfänger und Fortgeschrittene** und wählen Sie die **Bohnen-Orangen-Suppe** aus. Wie lang ist hier die **Kochzeit**?“ [45 min]

- „Hier müssen Sie noch **alle Zutaten** besorgen. Fügen Sie sie in die Einkaufsliste ein. Sie bitten **Selma die Entenbrust und die Orangen** frisch auf dem Markt zu kaufen. Wie viele Einträge hat Ihre Einkaufsliste jetzt noch?“ []
- „Gehen Sie bitte zurück zum Start.“

Aufgaben GEM-Koch - Block C

Das Abendbrot:

„In diesem Block wollen wir ein Abendessen für die ganze Familie vorbereiten. Hier kommt die erste Aufgabe“:

- „Wählen Sie **4 Personen** aus und klicken Sie Rezepte für Ali an. Ali liebt die **Deutsche Küche**. Wählen Sie diese bitte aus. Wie viele Rezepte stehen hier zur Auswahl?“ [6]
- „Anfänger- und Fortgeschrittenenrezepte trauen Sie sich zu, Profirezepte jedoch nicht.
Wählen Sie die **Anfänger und Fortgeschrittenen** bitte aus. Wieviele Rezeptvorschläge gibt es jetzt?“ [6]
- „Es soll ein warmes Essen geben. Wir interessieren uns für Gerichte mit und ohne Fleisch. Wählen Sie also **Vegetarisch und Hauptgericht** aus. Wie viele Rezepte stehen hier zur Auswahl?“ [2]
- Klicken Sie nun auf weiter.“
- „Sie haben heute nicht viel Zeit zum Kochen und werden sich für das Gericht mit der kürzeren **Zubereitungszeit** entscheiden.
Klicken Sie gleich auf weiter und schauen Sie sich beide Rezepte an. Für welches Gericht entscheiden Sie sich basierend auf der Zubereitungszeit?“ [Vegetarische Nudelpfanne]

Längere Aufgabe:

- „Klicken Sie gleich bitte auf weiter.
Sie kommen zur Zutatenliste. **Frühlingszwiebeln, Möhren und Brokkoli** müssen Sie noch einkaufen. Fügen Sie diese Zutaten bitte in die Einkaufsliste ein. Gehen Sie dann auf weiter. Weisen Sie **Ali** an, **die Möhren und den Brokkoli** mitzubringen. Welche Zutaten müssen jetzt noch besorgt werden?“ [Frühlingszwiebeln]
- „Alis Bruder wünscht sich noch ein Dessert. Gehen Sie zurück zum Start und wählen Sie **4 Personen** aus. Wählen Sie **Ali** und klicken Sie auf weiter.“ (P)
- „Wählen Sie nun **deutsche Desserts** für **Anfänger und Fortgeschrittene** aus. Wie viele Rezepte stehen zur Auswahl?“ [2]
- „Wählen Sie bitte den **Cremigen Früchtequark** aus. Klicken Sie dann auf weiter. Tragen Sie bitte **den Magerquark** in die Einkaufsliste ein und wei-

sen Sie diesen Artikel **Ali** zu. Wie viele Artikel muss Ali nun insgesamt einkaufen?“ [3]

- „Gehen Sie bitte zurück zum Start.“

Aufgaben GEM-Koch - Block D

Die Gartenfete:

„Sie planen eine kleine Gartenfeier für 8 Personen. Unter den Gästen befinden sich Selma und Luise. Außerdem sind viele Gäste Vegetarier. Hier kommt die erste Aufgabe“:

- „Wählen Sie **8 Personen** aus und klicken Sie **Selma und Luise** an. Wählen Sie **vegetarische** Rezepte der **Deutschen Küche** aus. Wie viele Rezepte gibt es hier? [2]
- „Hmm. Die Ausbeute ist aber gering! Wählen Sie außerdem die **Türkische Küche** aus. Wie viele Rezepte stehen jetzt zur Auswahl?“ [9]
- „Das sieht schon besser aus! Hmm... Sie schwanken zwischen den **Gemüse-Kebabs** und dem **Falafel im Brot**. Sie wissen, dass einige Gäste sehr auf ihre Figur achten und entscheiden sich für das Gericht, welches weniger **Kalorien** hat. Klicken Sie gleich auf weiter und schauen Sie sich beide Rezepte an. Welches Gericht ist kalorienärmer?“ [Falafel im Brot]
- „Ein weiterer Gast hat sich angemeldet. Dieser ist Diabetiker. Wir wollen prüfen, ob sich der Falafel im Brot hier eignet. Gehen Sie bitte auf **Neustart**. Wählen Sie **9 Personen** aus. Dann wählen Sie **Selma und Luise** aus.“ (P)
- „Gehen Sie gleich auf weiter. Wählen Sie erneut die **Vegetarischen** Rezepte der **Deutschen und Türkischen Küche** aus. Wählen Sie zusätzlich **Diabetes** aus. Ist der **Falafel im Brot** unter den Rezepten?“ [nein]

Längere Aufgabe

- „Dann also doch die Gemüse-Kebabs. Wählen Sie die **Gemüse-Kebabs** aus und klicken Sie auf weiter. Sie kommen zur Zutatenliste. **Türkisches Fladenbrot, Paprika, sowie Kirschtomaten** müssen Sie noch einkaufen. Fügen Sie diese bitte in die Einkaufsliste ein.“ (P)
- „Gehen Sie auf weiter und weisen Sie **Selma die Kirschtomaten und Kevin die Paprika** zu. Wie viele Kirschtomaten muss Selma kaufen?“ [36 Stück]
- „Außerdem soll noch etwas auf den Grill geworfen werden, natürlich etwas Vegetarisches. Gehen Sie zurück zum Start. Wählen Sie wie gehabt **9 Personen** und **Selma und Luise** aus. Klicken Sie dann auf weiter.“ (P)

- „Suchen Sie nach **Vegetarischem für Schwangere und Diabetiker** und wählen Sie die **Tofu-Paprika-Spieße** aus. Wie hoch ist hier die **Kalorienzahl?**“ [115 kCal]
- „Hier müssen Sie noch alle Zutaten besorgen. Fügen Sie sie in die Einkaufsliste ein. Sie bitten **Selma die gelbe Paprika, den Tofu und die Teriyaki-Sauce** zu besorgen. Wie viele Einträge hat Ihre Einkaufsliste jetzt noch?“ [2]
- „Gehen Sie bitte zurück zum Start.“