



Arbeitsblatt 6.1.

MEIN TRINKPROTOKOLL

Aufgabe: Führe drei Tage lang ein Trinkprotokoll. Schreibe dazu in die Tabelle, welches Getränk du wann und wie viel davon getrunken hast. Trage dazu in den entsprechenden Tabellenabschnitt die Uhrzeit, die Kennziffer für das Getränk (siehe Einteilung) und die getrunkene Menge in ml ein.

| | Uhrzeit | Getränkekennziffer | Menge in ml |
|--------|---------|--------------------|-------------|
| 1. Tag | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| 2. Tag | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| 3. Tag | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

Aufgabe 1: Wie viel hast du durchschnittlich an den 3 Tagen getrunken?

.....
.....

Aufgabe 2: Werte das Trinkprotokoll mit Hilfe einer Tabellenkalkulation (z. B. Microsoft - Excel) aus. Bewerte die Graphiken mit Hilfe des Ernährungskreises und den 10 Regeln der DGE.

Getränkekennziffern:

- 1 - Wasser / Tee (kalorienfreie Getränke)
- 2 - Fruchtsaftschorlen
- 3 - Fruchtsaft
- 4 - Limonaden / Cola usw. (zuckerreiche Getränke)
- 5 - Kaffee
- 6 - alkoholhaltige Getränke
- 7 - sonstiges

Hinweis: Milch zählt aufgrund ihrer hohen Nährstoffgehalte nicht als Getränk, sondern zu den Lebensmitteln.



Arbeitsblatt 6.2.

LECKERE COCKTAILS OHNE ALKOHOL



| | |
|---|--|
| <p>Fresch Power (1 Person)</p> <p><u>Zutaten:</u> ½ Glas kalten Pfefferminztee ½ TL Zucker 1 ½ Spritzer Zitronensaft ½ Glas Mineralwasser Eiswürfel</p> | <p><u>Zubereitung:</u> Den Tee mit dem Zucker und der Zitrone verrühren und in ein Glas mit 1 – 2 Eiswürfeln füllen. Mit Mineralwasser auffüllen und mit einem Stängel oder einigen grünen Blättern der Pfefferminze servieren.</p> |
| <p>Sunny Boy (1 Person)</p> <p><u>Zutaten:</u> 3 cl Himbeersirup 200 ml Mineralwasser 1 Scheibe Zitrone 4 Himbeeren (oder andere Frucht der Saison) 1 – 2 Eiswürfel</p> | <p><u>Zubereitung:</u> Die Zitronenscheibe mit den Eiswürfeln in ein hohes Glas geben. Die Früchte, etwas Zitronensaft und den Himbeersirup dazugeben. Mit Mineralwasser auffüllen und vorsichtig umrühren.</p> |
| <p>Kiba – on – the –Rocks (1 Person)</p> <p><u>Zutaten:</u> 150 ml Bananensaft 50 ml Kirschsafft etwas Mineralwasser Eiswürfel nach Belieben</p> | <p><u>Zubereitung:</u> Den Bananensaft in ein hohes Glas mit Eiswürfeln füllen. Den Kirschsafft vorsichtig darauf geben (so dass sich eine Schicht bildet) und den Cocktail mit etwas Mineralwasser abspritzen. Nach Belieben Eiswürfel dazugeben.</p> |
| <p>Skaters`s Love (1 Person)</p> <p><u>Zutaten:</u> 2 cl Zitronensaft 4 cl schwarzer Johannisbeersaft 1 TL Zucker 4 cl schwarzer Tee Eiswürfel</p> | <p><u>Zubereitung:</u> Den Zitronensaft mit dem schwarzen Johannisbeersaft und dem Zucker in ein Glas mit den Eiswürfeln geben. Den schwarzen Tee aufbrühen und 4 Minuten ziehen lassen. Den Tee zum Schluss auffüllen und umrühren, bis das Eis geschmolzen ist.</p> |



Arbeitsblatt 6.3.

DIE WERBEAGENTUR

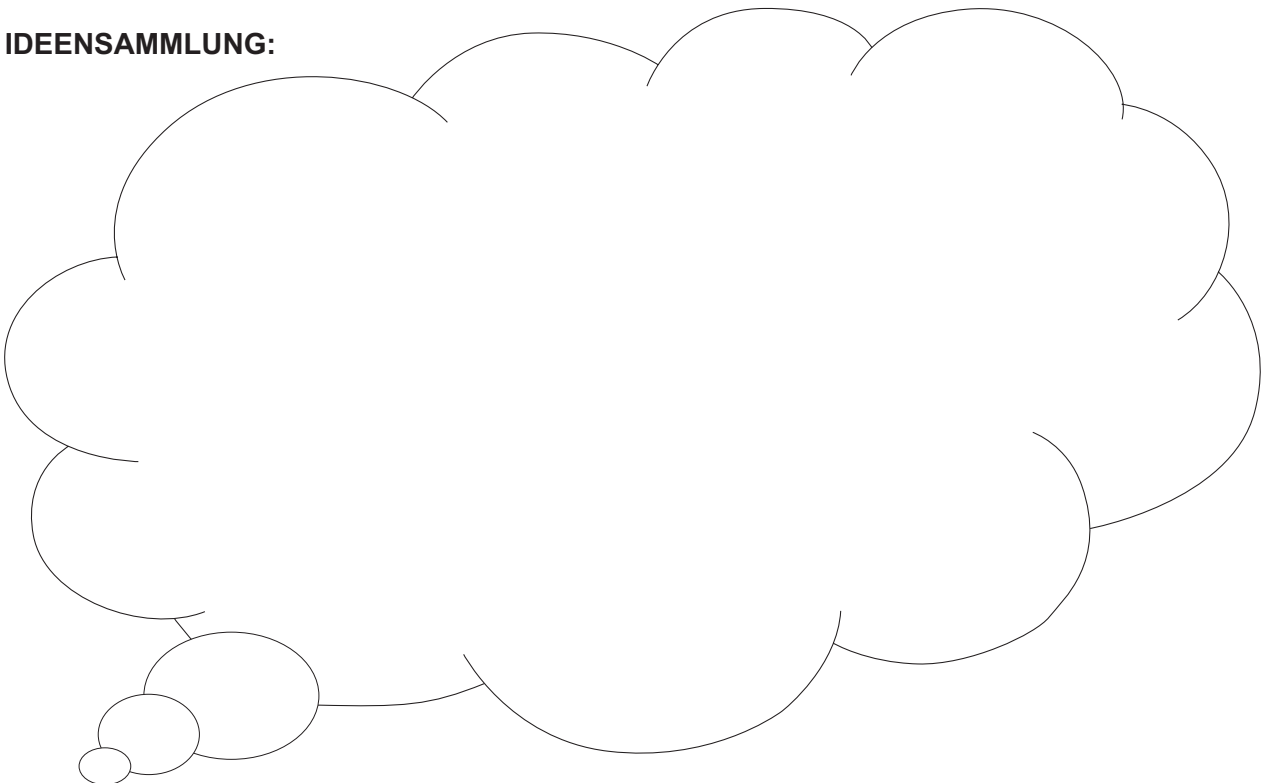
Aufgabe: Entwerft ein Werbekonzept für das selbst gemixte Getränk, mit dem dieses ein Verkaufshit wird. Überlegt euch dabei, welche Zielgruppe ihr mit dem Getränk erreichen wollt und löst folgende Aufgaben.

1. Welchen Namen gebt ihr eurem Durstlöscher?

2. Mit welchem Werbeslogan wollt ihr euer Getränk bewerben?

3. Entwerft ein Plakat, eine Anzeige oder einen Werbespot für euer Getränk. Wie könnte ein Flaschenetikett für euer Getränk aussehen?

IDEENSAMMLUNG:





Arbeitsblatt 6.4.

Alkoholische Gärung

Versuch: Nachweis von Alkohol und Kohlendioxid

Materialien

Erlenmeyerkolben (1 l) mit durchbohrtem Stopfen, Gäraufsatz, Wasserbad (30 °C), Traubenzucker, Trockenhefe, Kalkwasser, Cerammoniumnitrat-Reagenz

Durchführung

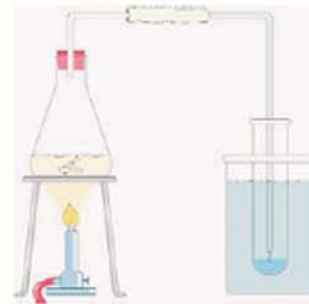
1. Gärung

In den Erlenmeyerkolben 250 ml Wasser, 20 g Traubenzucker und die Hälfte eines Tütchens Trockenhefe geben. Alles gut umrühren. Dann den Kolben mit dem Stopfen und dem Gäraufsatz, der zur Hälfte mit Kalkwasser gefüllt ist, verschließen. Die Mischung bei etwa 30 °C eine halbe Stunde warm halten (z. B. im Wasserbad).



2. Destillation

Den Ansatz ohne Gäraufsatz noch einen Tag stehen lassen. Die vergorene Zuckerlösung in einen Destillierkolben geben und abdestillieren. Für gute Kühlung sorgen! Eine kleine Probe des Destillats auf Brennbarkeit überprüfen (**Flamme weit weghalten von der heißen Destillationsapparatur!**). Das Destillat außerdem mit Cerammoniumnitrat-Reagenz prüfen.



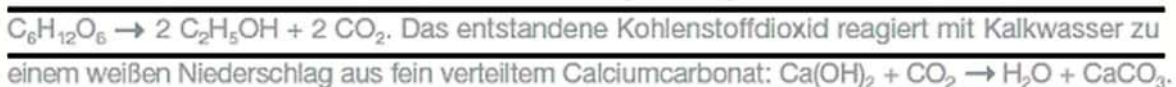
Beobachtung

zu 1.: _____

zu 2.: _____

Auswertung

Hefepilze haben die Fähigkeit, Glukose zu vergären. Die alkoholische Gärung wandelt Glukose zu Ethanol und Kohlenstoffdioxid ohne Sauerstoff (anaerob) um:



Der entstandene Alkohol kann mit Cerammoniumnitrat-Reagenz nachgewiesen werden, das in Anwesenheit von Hydroxygruppen eine rote Färbung hervorruft.



Arbeitsblatt 6.5.

DENKSPIEL

Aufgabe: Teilt eure Klasse in 6 Gruppen ein. Jeder Gruppe wird eine Farbe zugeordnet (Papierhüte). Jede Farbe steht für eine Position zum Thema „Alkohol“ (entsprechend der Tabelle). Lest euch euren Standpunkt (entsprechend der Farbe) genau durch und diskutiert die „Denkrichtung“. Protokolliert das Ergebnis.

Anschließend nehmt euch die Behauptung „Alkohol – ist doch gar nicht schlimm ...“ vor und schreibt die zu eurer Denkweise passenden Antworten auf. Stellt die Sichtweise der Klasse vor.

| Farbe | Denkweise |
|---------------------------|---|
| ROT – „gefühlbetont“ | Setzt euch einen roten Papierhut auf. Dieser bestimmt eure Denkrichtung. Eure Gruppe soll ausschließlich „rot“ denken. Was heißt das zum Beispiel, wenn einer sagt: „Jetzt sehe ich aber rot?“ Im Volksmund bedeutet das: Jemand wird schnell zornig, folgt lediglich seinen Gefühlen und schaltet den Verstand aus. |
| WEIß – „neutral“ | Setzt euch einen weißen Papierhut auf. Dieser bestimmt eure Denkrichtung. Eure Arbeitsgruppe soll ausschließlich „Weiß“ denken. Was heißt das zum Beispiel: „Einer schwenkt die weiße Flagge....?“ Im Volksmund bedeutet das: Jemand will Frieden schließen und möglichst alle Beteiligten zufrieden stellen. |
| SCHWARZ – „pessimistisch“ | Setzt euch einen schwarzen Papierhut auf. Eure Gruppe soll ausschließlich „schwarz“ denken. Was heißt es zum Beispiel, wenn einer sagt: „Ich sehe alles schwarz...?“ Im Volksmund bedeutet das: Jemand macht alles schlecht und sieht alles nur negativ. |
| GELB – „optimistisch“ | Setzt euch einen gelben Papierhut auf. Eure Gruppe soll ausschließlich „gelb“ denken. Gelb steht für die wärmenden Sonnenstrahlen und man sieht alles sehr optimistisch. |
| GRÜN – „fantasievoll“ | Setzt euch einen grünen Papierhut auf. Er bestimmt eure „Denkrichtung“. Was heißt es zum Beispiel, wenn einer sagt: „Grün ist die Hoffnung...?“ Im Volksmund bedeutet das: Jemand hat viele Ideen und Fantasien. |
| BLAU – „klar“ | Setzt euch einen blauen Papierhut auf. Er bestimmt eure Denkrichtung. Blau steht für kühles, klares Wasser. Wer blau denkt, ist vernünftig und findet für alle Probleme kluge Lösungen. |



Arbeitsblatt 6.6.

ALKOPOP – HARMLOS ODER GEFÄHRLICH?

Aufgabe: Besucht einen nahegelegenen Supermarkt und durchsucht die Angebotspalette nach Alkopops. Wie viele verschiedene Sorten gibt es und was sind Hauptinhaltsstoffe dieser Getränke? Protokolliert eure Ergebnisse auf diesem Arbeitsblatt!

1. Standort von Alkopops im Supermarkt?

2. Angebotsvielfalt

| Name | Hauptinhaltsstoffe | Alkoholgehalt | Preis |
|------|--------------------|---------------|-------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

3. Welche Werbestrategie verfolgen die Anbieter von Alkopops? (Aufmachung der Verpackung, Name des Getränks)

4. Auswertung des Protokolls – Welche Gefahren bergen Alkopops? Wird auf diese im Supermarkt hingewiesen?



Arbeitsblatt 6.7.

WIR ORGANISIEREN EINEN COCKTAILSDAY

Arbeitsplan

| Was muss vorbereitet werden? | Wer macht das? |
|---|----------------|
| Cocktailrezepte aussuchen: | |
| | |
| | |
| Einkaufsliste erstellen und Lebensmittel besorgen | |
| Bar aufbauen und dekorieren | |
| - Cocktails mixen | |
| | |
| | |
| Rahmenprogramm vorbereiten | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |

1. Erstellt anhand der Vorlage einen Arbeitsplan, der euren persönlichen Rahmenbedingungen entspricht.
2. Ergänzt die Liste gegebenenfalls mit euren organisatorischen Einzelheiten.
3. Plant eure Cocktailbar– ihr könnt sicher viele kreative Vorschläge einbringen.

