



Smaakmissie Aardappelen, rijst en pasta **Smaaklessen**

Benodigheden

- online factsheets
- digibord
- kookboeken of tijdschriften
- mobiele telefoon, tablet of camera (1 per groepje)
- bekertjes (2 per leerling)
- weegschaal (1 per groepje)
- eventueel aankleding voor de tafels
- benodigheden voor het koken
 - snijplankjes
 - mesjes
 - pan met deksel
 - vork
 - vergiet
 - grote kom
 - grote lepel
 - klein bakje
 - lepel of garde
 - rasp
 - borden (voor elke leerling)
 - bestek (voor elke leerling)

Werkbladen

- werkblad 1 - De koolhydratenquiz (één exemplaar of via digibord)
- werkblad 2 - Knipblad (voor ieder team één)
- werkblad 3 - Huiswerkopdracht (voor iedere leerling één)
- werkblad 4 - Pasta met pasta vergelijken (voor iedere leerling één)
- werkblad 5a t/m 5c - Naar de supermarkt! (voor iedere leerling of team het bijbehorende werkblad)
- werkblad 6 - Krijtborden (voor ieder team één)
- werkblad 7 - Informatie voor de teler/rondleider (één exemplaar)
- werkblad 8 - Kookinstructies (één exemplaar)
- werkblad 9 - Het recept (voor iedere leerling één)
- scoreposter (A3 formaat)

Boodschappen

- gewone en volkoren pasta (genoeg om voor elke leerling wat te proeven)
- 1 potje pesto
- voor elk team minimaal 300 gram van de koolhydraatbron die ze onderzoeken (aardappelen, rijst of pasta)
- ingrediënten voor het koken

- Marokkaanse aardappelsalade (voor 4 personen)
 - 4 grote aardappels
 - paar takjes verse peterselie
 - 3 eetlepels olie
 - 3 eetlepels azijn
 - 200 gram kikkererwten uit blik
 - 35 gram rozijnen
 - 1 rode ui
 - 1 paprika
 - 2 wortels
 - handje cashewnoten
 - 1/4 theelepel cayennepeper
 - snufje peper en zout