Schnelle Küche

Situation

Häufig hat man im Alltag wenig Zeit oder Lust zum Kochen.
In 15 Minuten lässt sich aber zum Beispiel schon viel machen.
Lies Dir die drei untenstehenden Zutaten-Pakete durch.

3 Zutaten:

Eier
Spinat
Schinken

3 Zutaten:

Fetakäse
Gurke
Tomaten

3 Zutaten:

Kartoffeln
Quark
Kräuter

1. Fällt Dir zu den einzelnen Paketen eine „Speise“ ein, die Du daraus zubereiten kannst? Möchtest Du vielleicht eine Zutat ergänzen? Was machst Du?

2. Welche Gerichte kochst Du gerne, die auch nur wenige Zutaten brauchen und schnell von der Hand gehen?

Bildquelle: Projekt Knotenpunkte für Grundbildung