

Quiz: Bist du fit in Sachen Reis?

Arbeitsblatt für die 3. bis 4. Klasse





ARBEITSBLATT FÜR DIE 3. BIS 4. KLASSE

QUIZ: BIST DU FIT IN SACHEN REIS?

ZUSATZBLATT FÜR LEHRKRÄFTE

Das Reis-Quiz ist als Gruppenarbeit angelegt. Teilen Sie dafür bitte die Klasse in zwei oder mehrere Gruppen ein. Diejenige Gruppe, die als erste alle Fragen richtig beantwortet und auch noch das Lösungswort entschlüsselt hat, gewinnt. Untenstehend finden Sie die Auflösungen und noch einige kurze Informations-Texte, die Sie nach dem Quiz mit der Klasse besprechen können.

AUFLÖSUNG

LÖSUNGSWORT: REISWAFFEL

①

RICHTIGE ANTWORT: RE) VOLLKORNREIS

Vollkornreis, der auch als Naturreis bezeichnet wird, ist ungeschliffen und daher dunkler als der geschliffene Reis. Bei der Vollkornreis-Herstellung werden in der Reismühle nur die Spelzen vom Reiskorn entfernt. Es bleiben Silberhäutchen und Keimling erhalten. Bei weißem oder geschliffenem Reis werden diese dunklen Bestandteile weggeschliffen. Mit dem Schleifen gehen unter anderem auch wertvolle Ballaststoffe, Vitamine und Mineralstoffe verloren. Duftreis wird auch als Jasmin- Reis oder Siam-Reis bezeichnet. Er wird vorwiegend im Norden Thailands angebaut. Die Bezeichnung Duftreis ist darauf zurückzuführen, dass er beim Kochen nach Jasmin riecht. Die Körner sind heller als bei Vollkornreis.

②

RICHTIGE ANTWORT: IS) GRILLEN

Ungesgart sind Reiskörner nicht essbar. Reis kann auf verschiedene Arten mit Wasser oder Dampf gegart werden. Dabei wird der Reis in relativ viel Wasser oder anderen Flüssigkeiten gekocht beziehungsweise gedämpft. Der Reis nimmt währenddessen Wasser auf und wird weich. Vor dem Garen kann Reis auch in Fett angeschwitzt werden. Aber danach muss er gekocht oder gedämpft werden. Durch Grillen, Braten oder Frittieren kann Reis nicht gegart werden. Ohne Wasser kann er auch nicht in der Mikrowelle zubereitet werden.

③

RICHTIGE ANTWORT: WA) REIS-GETRÄNK ODER REIS-DRINK

Reis-Getränke oder Reis-Drinks sind eine Form der „Getreidemilch“. Sie wird aus Reiskörnern hergestellt, darf aber nicht als Milch gekennzeichnet werden, sondern trägt den Namen „Reis-Getränk“ oder „Reis-Drink“. Reis-Getränke werden aus Vollkornreis hergestellt. Dieser wird gemahlen und mit Wasser vermischt gekocht. Dabei entsteht eine cremige Konsistenz. Diese Flüssigkeit wird fermentiert und gefiltert. In der Regel werden Reis-Getränke mit Pflanzenöl emulgiert und angedickt. Reis-Drinks gibt es mit neutralem, süßem und salzigem Geschmack. Ein Reis-Getränk kann auch mit Nährstoffen wie Kalzium angereichert werden.

④

RICHTIGE ANTWORT: FF) PUDDING

Reis hat einen festen Platz in der „deftigen“ Küche. Er ist wie Kartoffeln oder Nudeln eine beliebte Beilage. Aber es gibt auch eine Reihe von süßen Reisgerichten. Dazu gehören Milchreis, Apfelreis und auch Reispudding. Dieser wird wie ein klassischer Pudding im Wasserbad zubereitet.

⑤

RICHTIGE ANTWORT: EL) GETREIDE UND KARTOFFELN

Reis gehört wie Weizen, Roggen, Gerste oder Hafer in die Lebensmittelgruppe Getreide und Kartoffeln. Getreide werden auch als Cerealien bezeichnet. Diese Lebensmittelgruppe enthält wertvolle Kohlenhydrate insbesondere in Form von Stärke.