**Handleiding** **Klas 3 keuken**

**Voor elke les staan een aantal vaardigheden, te beginnen met hygiëne en veiligheid.**

**Veel van deze vaardigheden zullen de andere lessen herhaald kunnen worden. De vaardigheden zijn gemaakt a.d.h.v. beoordelingen/wolflijsten van de kookexamens.**

**Les 1: Hygiëne en veiligheid**

Hygiëne:

* Persoonlijke hygiëne:
  + Sieraden aan handen en armen af
  + Haar in staart/knot
  + Handen wassen
  + Schort voor
  + Geen kauwgom
* Ingrediëntentafel:
  + Rauw vlees apart
  + Bij knoeien opruimen
* Werkplek:
  + Indeling werkplek: ingrediënten – bereiden – afwas
  + Bestekbord
  + Afvalbak
  + Wassen groenten en kruiden
  + Tussendoor opruimen
  + Opruimen wat op de vloer valt
  + Aan het einde alles schoonmaken: afwassen, aanrecht en kasten schoon, vloer schoon
  + Aan het einde alles opruimen: materialen terugzetten op juiste plaats, was in wasmand, schoonmaakspullen opruimen, afval wegbrengen
  + …

Veiligheid:

* Goede schoenen of instappers van D&C
* Gebruik en vervoer van scherpe materialen, zoals messen
* Pannen met stelen op gasstel plaatsen: steel opzij
* Geen sjaals of lange sieraden

Receptuur:

* Recept lezen en onderstrepen
* Materialen klaar zetten
* Ingrediënten ophalen
* Gerecht bereiden
* Gerecht presenteren
* Afwassen en opruimen

|  |
| --- |
| Recept: kippensoep  Uit: Stap voor stap, blz. 26 |