

# Beroepen

## Kok

### UITLEG



Als kok heb je passie voor het koken en het maken en bedenken van lekkere gerechten. Afhankelijk van het restaurant, hotel of andere horecagelegenheid waar je werkt, is een kok verantwoordelijk voor:

- het koken: bereiden van maaltijden
- het opmaken van de borden
- mise-en-place: het voorbereiden van de gerechten en maaltijden voordat de drukte start.

### THEMAHOEK

#### Themahoek: "De Kinderkeuken"

**Doel:** Kinderen laten kennismaken met het beroep kok en hen stimuleren om te spelen en te leren over koken.

#### 1. Inrichting van de hoek

- **Keukenmeubels:**
  - Kleine keukenkastjes, een speelgoedfornuis, een speelgoedoven en een aanrechtblad.
  - Speelgoed koelkast en gootsteen.
- **Keukengerei:**
  - Kinderveilige messen, snijplanken, potten, pannen, mengkommen, pollepels, spatels, maatbekers.
  - Blender, mixer en keukenweegschaal.
- **Ingrediënten:**
  - Echte groenten en fruit om te mogen snijden etc..
  - Echte kruidenpotjes, zout en pepervaatjes.
- **Kleding:**
  - Kleine koksmutsen en schorten.
  - Handdoeken en ovenwanten.

#### 2. Activiteiten in de hoek

- **Rollenspel:**
  - Kinderen spelen de rol van kok, serveerster, klant en restaurantmanager.
  - Ze kunnen gerechten bereiden, bestellingen opnemen en serveren.
- **Recepten en menu's:**
  - Eenvoudige, geïllustreerde receptenkaarten voor kinderen om te volgen.
  - Maak menu's met foto's van de gerechten die ze kunnen maken in de speelkeuken.
- **Boeken en puzzels:**
  - Kookboeken voor kinderen, prentenboeken over koken en eten.
  - Puzzels en spelletjes met een kookthema.
- **Educatieve materialen:**
  - Posters met informatie over gezonde voeding, keukengerei en kooktechnieken.
  - Kaarten met namen en afbeeldingen van verschillende groenten, fruit en andere ingrediënten.

#### 3. Themaweek ideeën

- **Kookdemonstraties:**
  - Nodig een echte kok uit om een eenvoudige kookdemonstratie te geven.
  - Laat de kok vertellen over zijn/haar werk en vragen beantwoorden van de kinderen.
- **Smaaktest:**
  - Laat de kinderen verschillende soorten fruit en groenten proeven en bespreken wat ze lekker vinden.
  - Maak een tabel waarin ze hun favorieten kunnen aangeven.
- **Knutselochtend:**
  - Laat de kinderen hun eigen koksmutsen en schorten versieren.
  - Maak nep pizza's of hamburgers van knutselmaterialen zoals karton, verf en vilt.
- **Kookwedstrijd:**
  - Organiseer een kleine kookwedstrijd waarbij kinderen in groepjes eenvoudige gerechten bereiden.
  - Laat een jury (bijvoorbeeld leraren of ouders) de gerechten beoordelen en prijzen uitreiken.
- **Receptenboek:**
  - Laat de kinderen hun favoriete recepten tekenen en beschrijven.
  - Bundel deze tekeningen in een klassenreceptenboek.

#### 4. Verdiepingsthema's

- **Seizoensgebonden koken:**
  - Bespreek welke ingrediënten in welk seizoen beschikbaar zijn en waarom dit belangrijk is.
  - Laat kinderen seizoensgebonden gerechten bereiden.
- **Internationale keuken:**
  - Introduceer gerechten uit verschillende culturen en landen.
  - Laat de kinderen recepten proberen uit verschillende keukens, zoals italiaanse pasta, mexicaanse taco's, of japanse sushi (met eenvoudige en veilige ingrediënten).
- **Voedsel en gezondheid:**
  - Praat over het belang van een gebalanceerd dieet.
  - Laat kinderen gezonde recepten maken en bespreken waarom deze gerechten goed voor hen zijn.

Met deze themahoek kunnen leerlingen niet alleen spelen en plezier hebben, maar ook waardevolle lessen leren over voeding, samenwerking, en de keuken. Het biedt een rijke leeromgeving die het beroep kok op een tastbare en boeiende manier tot leven brengt.