

Ernährung - Fit, fair und frisch

VORBEREITUNG

Zur Vorbereitung des Projekts „Fit, fair und frisch – was kommt auf den Tisch?“ füllen die TeilnehmerInnen einen **Fragebogen** aus. Sie setzen sich dabei mit ihrem Einkaufs- und Essverhalten auseinander und stimmen sich auf das Projekt ein.

In die **Rezeptvorlage** schreiben sie ihr Lieblingsgericht. Dieses Rezept stellt eine wichtige Arbeitsgrundlage für die Feinschmeckergruppe dar.



Gesamtdauer 20 Minuten