

# BILDERKOCHBUCH



# Bilderkochbuch

## Impressum

Idee: Dr. Claudia Plinz

Herausgeber\*innen: Sieke Albertsen, Lisa Behling, Johann Junge-Wentrup, Pia Moana Rausch

Fotos: Karina Janott (Fotostudio Janott)

Layout: Sieke Albertsen, Lisa Behling, Lukas Fürstenwerth, Johann Junge-Wentrup, Pia Moana Rausch

Druck: WirmachenDruck.de



Europa-Universität  
Flensburg

Institut für mathematische, naturwissenschaftliche  
und technische Bildung  
Abteilung für Sachunterricht

Dieses Kochbuch entstand aus der Idee heraus, frische Zutaten, die die Tafel Flensburg zur Verfügung stellt, in ansprechenden Gerichten zuzubereiten. Die dazugehörigen Rezepte kommen dabei ohne Schrift aus. Das einfache Nachkochen der Gerichte gelingt anhand von kleinschrittigen Bildern. Ein besonderer Dank gilt Frau Dr. Claudia Plinz. Sie legte durch ihre Idee die Grundlage und übernahm die Leitung des Projektes. Des Weiteren unterstützten uns die Tafel Flensburg, Lukas Fürstenwerth von der Firma Codin-IT, Fotografin Karina Janott (Fotostudio Janott), Schulgesundheitsfachkraft Nicole Treike, die Waldschule Flensburg (Jan, Ghadah, Darius und Ella) sowie die Stadt Flensburg mit ihrem Projekt „Flensburg startet durch“.





# Flensburger Tafel

**DIE  
JOHANNITER**



# In Erinnerung an Klaus Grebbin

02.08.1956 - 18.11.2021



Viel Spaß beim Kochen!

# INHALT



08



12



16



20



24



28



32



36



40



44



48



52

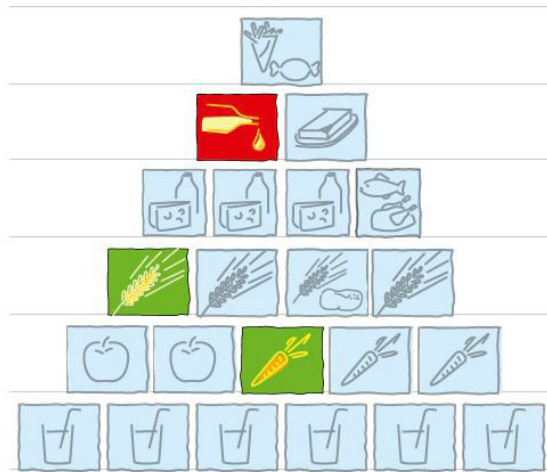


56



60

# Kartoffel-Brokkoli-Suppe

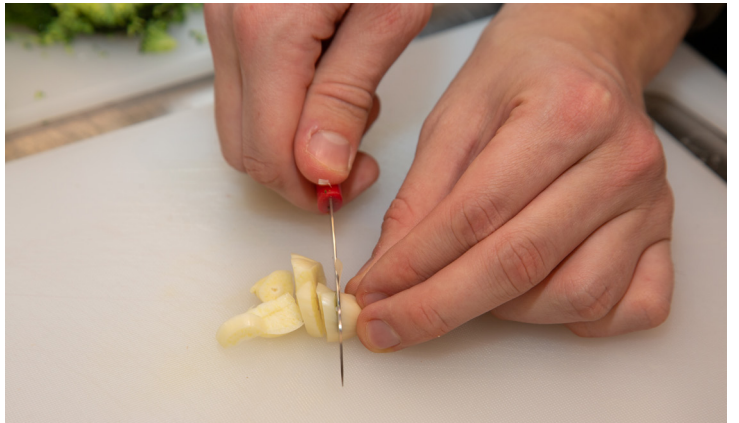


© BLE



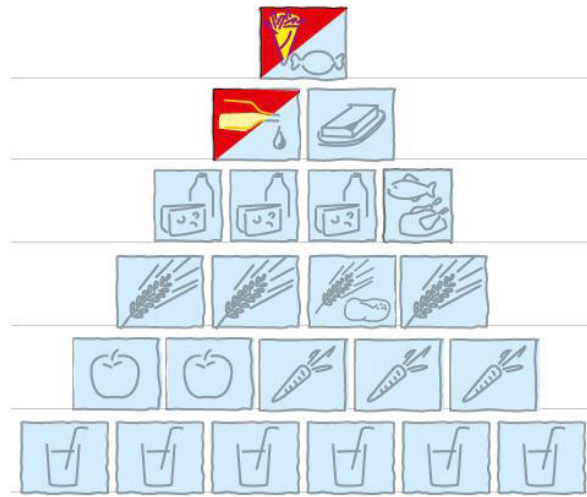








# Honig-Senf-Dressing



© BLE

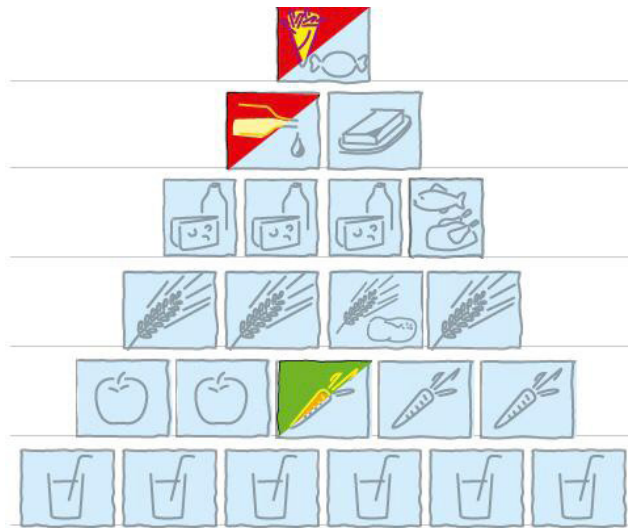




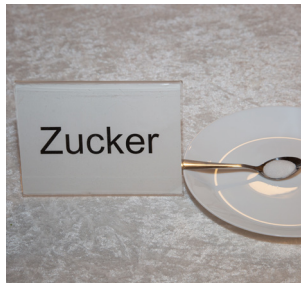




# Vinaigrette



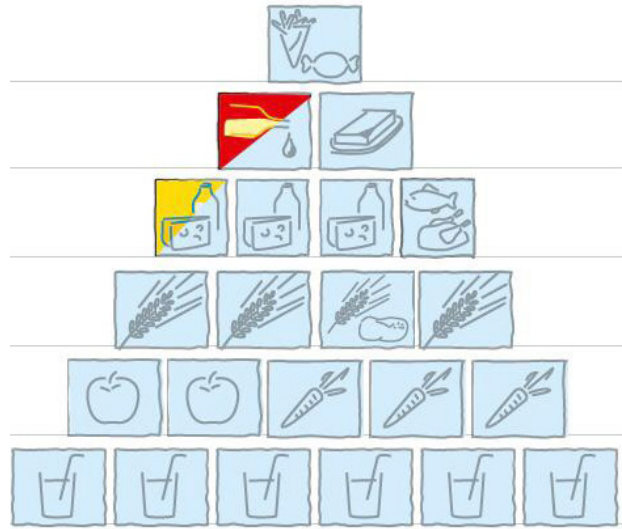








# Joghurt Dressing



© BLE

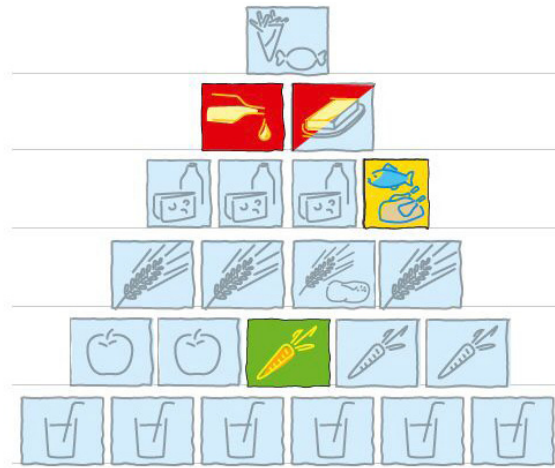








# Armenischer Salat



© BLE



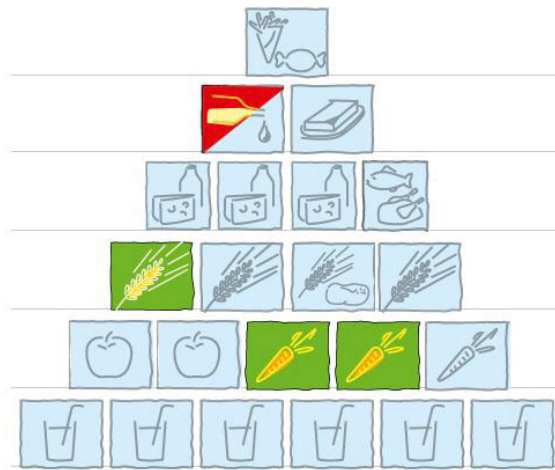








# Gemüseeeintopf



© BLE

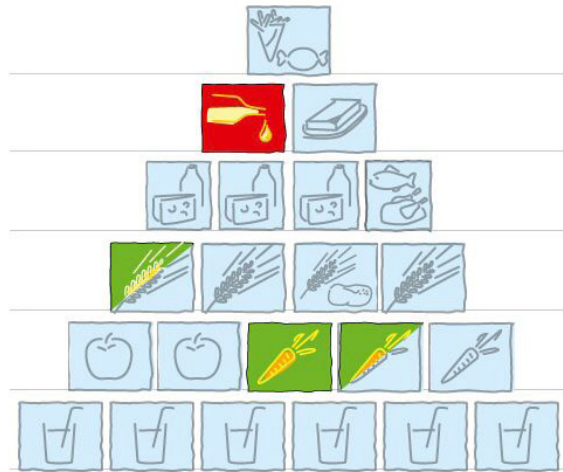








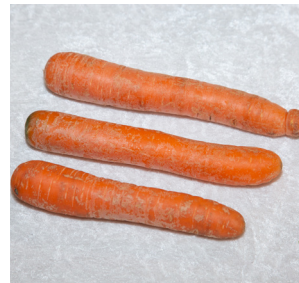
# Ofengemüse



© BLE



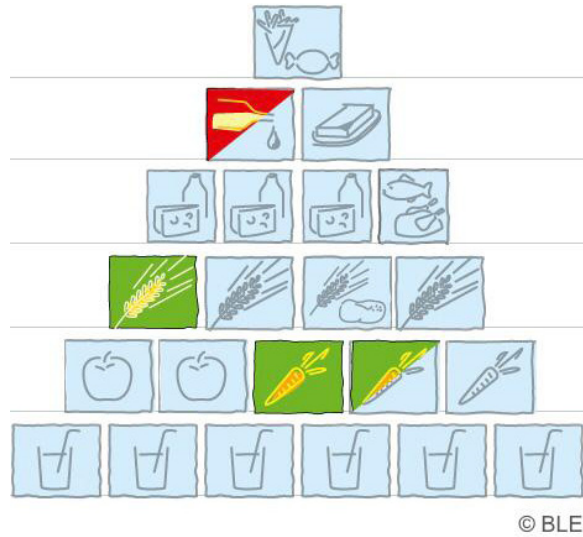








# Nudeln mit Tomaten-Gemüsesauce

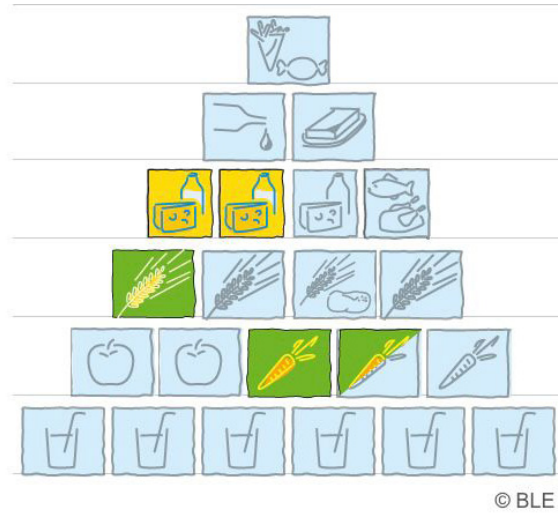




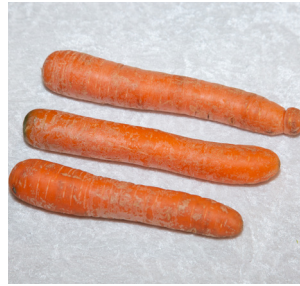




# Gefüllte Paprika



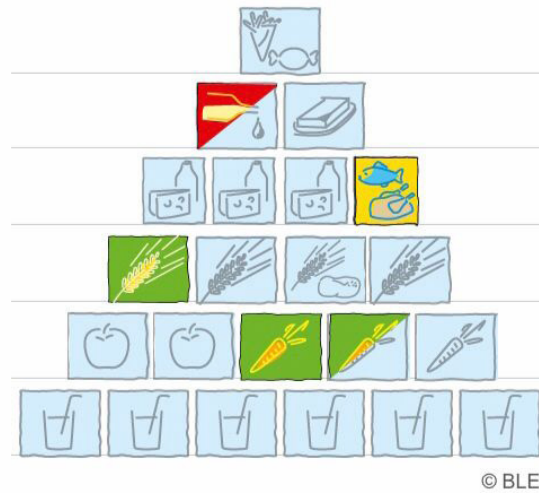


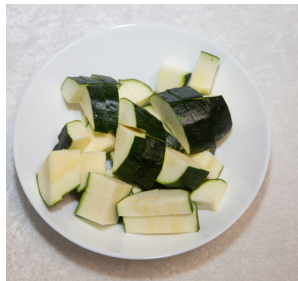






# Hähnchencurry

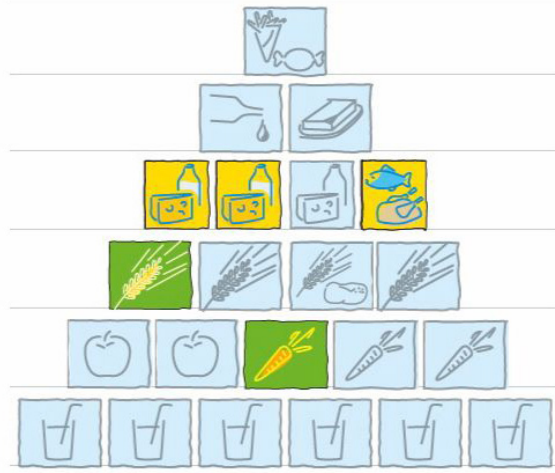








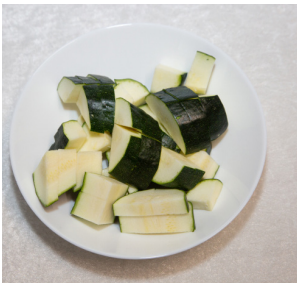
# Pizza



© BLE



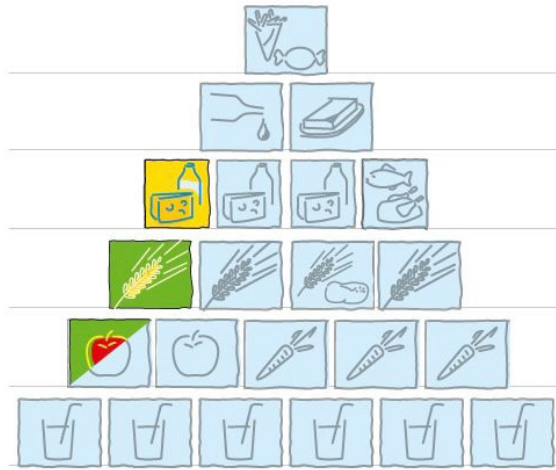








# Pfannkuchen



© BLE

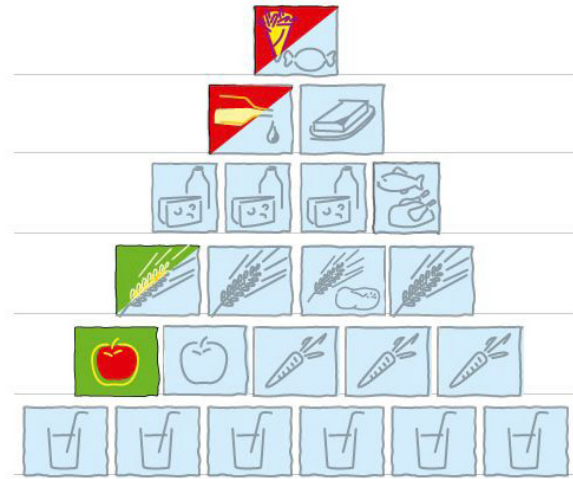








# Apple Crumble



© BLE















Deutsch	Dänisch	Englisch	Polnisch	Russisch	Türkisch	Arabisch
Wasser	vand	water	woda	вода	Su	ماء
Olivenöl	olivenolie	olive oil	Oliwa z oliwek	оливковое масло	zeytin yağı	زيت الزيتون
Sahne	fløde	cream	krem	крем	krem	كريم
Salz	salt	salt	Sól	поваренная соль	tuz	ملح
Gemüsebrühe	grøntsagsbouillon	vegetable broth	bulion warzywny	овощной бульон	sebze suyu	رق الخضار
Pfeffer	peber	pepper	pieprz	перец	biber	الفلفل
Essig	eddike	vinegar	ocet	уксус	sirke	خل
Senf	sennep	mustard	musztarda	горчица	hardal	خردل
Honig	honning	honey	kochanie	медовый	bal	عسل
Zucker	sukker	sugar	cukier	сахар	Şeker	السكر
Joghurt	yoghurt	yogurt	Jogurt	йогурт	yoğurt	زبادي
Koriander	koriander	coriander	kolendra	кориандр	Kişniş	كسبرة
Paprikapulver (edelsüß)	Sød paprikapulver	sweet paprika powder	Słodka papryka w proszku	Порошок сладкой паприки	Tatlı kırmızı biber tozu	الحلو الحلو مسحوق الفلفل
passierte Tomaten	sigtede tomater	sieved tomatos	przesiane pomidory	просеянные помидоры	elenmiş domates	الطماطم المنخل
Feta	feta	feta	feta	фета	beyaz peynir	فيتا
Kokosmilch	kokosmælk	coconut milk	mleko kokosowe	кокосовое молоко	Hindistan cevizi sütü	حليب جوز الهند
Currypulver	karry pulver	curry powder	curry w proszku	карри порошок	köri tozu	مسحوق الكاري
Mehl	mel	flour	mąka	мука	un	طحين
Milch	mælk	milk	mleko	молоко	Süt	حليب
Zimt	kanel	cinammon	cynamon	корица	tarçın	قرافة





FLENSBURG 

Zwischen Himmel und Förde  
Mellem himmel og fjord