EXPEDITIE GROEN

Leerwerkboek 2A

De CO_2-voetafdruk van dit drukwerk is berekend met ClimateCalc en gecompenseerd bij: treesforall.nl

www.climatecalc.eu
Cert. no. CC-000057/NL

Colofon

Auteurs: Lonneke Crusio en Esther van der Heijden

Co-auteurs: Doutzen Wagenaar en Hil Mols (Voeding); Marja Groenendijk en Lucas Jansen (Groen & styling)

Resonans: Gert-Jan Fok, Marcel Jillissen en Nikki van der Koore

Redactie: Evelien Delhez

Vormgeving, opmaak en beeldverwerving: Verbaal, Visuele Communicatie

Beeld:

Blz. 12 vleespakket: www.koopeenkoe.nl
Blz. 22 Taksi: Verbaal, Visuele Communicatie
Blz. 23 eierdoosjes: Blije kip eieren
Blz. 24 Kipsterstal: Kipster
Blz. 24 doosje Kipstereieren: Verbaal, Visuele Communicatie
Blz. 26 hond met kaassnack: dierenwinkel.com
Blz. 27 kaashelm: fotograaf: Alja Admiraal, man met kaashelm: Gerrit Bolks
Blz. 32 zalmforel: Marktlokaal
Blz. 32 bijvangst: Foto NSW campagne, door Shootby, fotograaf: Kasper van 't Hoff
Blz. 33 vis met stukjes plastic: Plastic Soup Foundation / de Plastic Soup Atlas van de Wereld. Foto: Marcus Eriksen van 5Gyres
Blz. 38 www.devegetarischeslager.nl
Blz. 42 flesjes drinken, broodje kaas en broodje gezond: Verbaal, Visuele Communicatie
Blz. 44 Schijf van Vijf: Voedingscentrum
Blz. 47 Keuken van het ongewenst dier: Nicolle Schatborn
Blz. 65 ton-sur-ton: Verbaal, Visuele Communicatie
Blz. 70 schets: Paul Boerrigter
Blz. 73 Woonplant: Bloemenbureau Holland
Blz. 73 kerstboom: Marinka Mulder
Blz. 76 mobieltje: Verbaal, Visuele Communicatie
Blz. 95 interieurtrend: Bloemenbureau Holland

Het Ontwikkelcentrum heeft ernaar gestreefd de auteursrechten te regelen volgens de wettelijke bepalingen. Bent u desondanks van mening dat we u hebben benadeeld, dan kunt u contact met ons opnemen.

Eerste druk, 2018

© Ontwikkelcentrum, Nederland
E-mail: info@ontwikkelcentrum.nl
Internet: www.ontwikkelcentrum.nl

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opname of op enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van het Ontwikkelcentrum.

Hoe werk je met dit leerwerkboek?

Beste leerling,

Voor je ligt het leerwerkboek 2A van de lesmethode **Expeditie Groen**. In deze methode ga je op ontdekkingstocht in de groene sector. Zo weet je straks goed welke onderwerpen jij interessant vindt en waar je goed in bent. Handig als je keuzevakken moet kiezen voor in de bovenbouw!
In dit leerwerkboek staan twee thema's: **Voeding** en **Groen & styling**. Elk thema bestaat uit acht lessen.

Hoe zijn de lessen opgebouwd?

- In les 1 maak je kennis met het onderwerp. Wat weet je al en waar ben je benieuwd naar?
- In les 2 tot en met 7 krijg je uitleg over het onderwerp via tekst, leuke weetjes, filmpjes en foto's. Je mag veel invullen en je werkt aan afwisselende opdrachten.
- In les 8 kijk je terug op het onderwerp. Je maakt opdrachten waardoor je ontdekt of dit onderwerp bij jou past.

In de lessen kom je de volgende onderdelen tegen:



Theorie over het onderwerp

Opdrachten: de uitleg verwerk je met opdrachten. Je werkt hieraan tijdens de les. Als het om kennisvragen gaat heeft je docent de antwoorden.



Staat er één figuurtje bij de opdracht? Dan maak je deze alleen.



Als er twee figuurtjes bij de opdracht staan dan werk je samen met een klasgenoot.



Staan er meer dan twee figuurtjes bij de opdracht? Dan werk je in een groepje. Verdeel de taken goed.



Groen moet je doen! Tips voor praktijkopdrachten die goed passen bij de les. Kaarten met uitleg staan op de website van Expeditie Groen. Je docent bepaalt welke praktijkopdrachten jullie doen.



Yay or nay? Elke les sluit af met een reflectie. Oftewel: wat vond je van de les, wat heb je geleerd en wat past bij jou? Je leert zo meer over het onderwerp én over jezelf.



Portfolio invullen: achter in het leerwerkboek staan vragen die gaan over alle lessen van een thema. Je maakt deze na les 1 en na les 8. Je kijkt hiermee eerst vooruit en daarna terug op het thema. Wat vind je wel en niet interessant? En welke beroepen spreken jou aan? Dat helpt je bij plannen maken voor je toekomst.

Begrippenlijst: hierin staan moeilijke woorden die te maken hebben met het onderwerp. In de tekst staan ze schuin- en vetgedrukt in de kleur paars, bijvoorbeeld ***keurmerk***. De complete begrippenlijst van een thema staat na les 8.

Welke hulpmiddelen zijn er behalve dit leerwerkboek?

- Praktijkkaarten: stap-voor-stap uitleg van een praktijkopdracht, zoals chips maken. Op deze kaarten staat wat je nodig hebt en wat je moet doen. Met handige tips en weetjes.



- Website www.expeditiegroen.nl: klik op de site van Expeditie Groen op de afbeelding van je leerwerkboek. Hier vind je per les linkjes naar alle genoemde filmpjes, websites en praktijkkaarten.

Veel plezier met Expeditie Groen. Goede reis!



EXPEDITIE GROEN



Voeding

Biefstuk of insectenburger?

Inhoud:

Les 1: Kroket of kaasstengel? pag. 4
Les 2: De reis van jouw hamburger pag. 10
Les 3: Van snuit tot krulstaart pag. 16
Les 4: Boter, kaas en eieren pag. 22
Les 5: Vis, schaal- en schelpdieren pag. 30
Les 6: Vandaag geen vlees pag. 36
Les 7: Kies gezond en duurzaam pag. 42
Les 8: Wijzer over voeding pag. 48
Begrippenlijst pag. 52

Les 1

Kroket of kaasstengel?

Leerdoelen:

- Je ontdekt welke onderwerpen er in deze module aan bod komen.
- Je onderzoekt wat je al weet en wat je interessant vindt aan het onderwerp Voeding.
- Je leert meer over voedsel gemaakt van dierlijke producten.
- Je leert over hygiëne en over kookgerei.

begin hier

Je docent verdeelt de klas in groepjes. Probeer met jouw groepje zoveel mogelijk dierlijke voedingsmiddelen te bedenken. Welk groepje heeft er de meeste?

TIP

Heb jij eten of drinken bij je in een verpakking? Kijk eens bij de ingrediënten. Staan er dierlijke producten tussen?

Uitleg

Terugblikken en vooruitkijken

Weet je nog? Vorig jaar leerde je waar en hoe ***plantaardig voedsel*** groeit. En hoe akker- en tuinbouwproducten zoals suikerbieten en tomaten worden verwerkt in voedingsmiddelenfabrieken. Je zag ook hoe de productieketen van suiker in elkaar zit; van suikerbieten verbouwen op het land tot een pak suiker in de supermarkt.
Je hebt geleerd hoe je gezond eet volgens de Schijf van Vijf. En je ontdekte hoe supermarkten jou verleiden tot het kopen van producten.

Je begint nu aan een nieuwe module over voeding. Dit keer ligt de nadruk op ***dierlijk voedsel*** zoals vlees, vis en zuivel. Je leert hoe je vlees en vis bereidt. En je komt erachter welke weg jouw ei of broodje hamburger aflegt voordat het op jouw bord ligt.
Maar je gaat ook leren welke alternatieven er zijn voor dierlijk voedsel. Want de invloed van het eten van dierlijk voedsel op het milieu is enorm groot! En wat zijn eigenlijk gezonde keuzes? Kun je beter een biefstuk eten of durf jij een insectenburger te proeven? Dat ga je uitzoeken in deze module!

Vink aan: ben je het eens of oneens met deze stellingen?

‘Een groentekroket in plaats van een vleeskroket vind ik prima!’

◯ eens ◯ oneens

‘Zonder vlees is mijn maaltijd niet compleet’

◯ eens ◯ oneens

‘Ik wil best een broodje meelwormenburger proberen.’

◯ eens ◯ oneens





Opdracht 1 Test je kennis en interesse

Onderwerpen

kweekvis
productiedieren
vlees eten
slachten
zuivelproducten
biologisch voedsel
gevarieerd menu
keurmerken
voedselverspilling
vleesvervangers
kleur op je bord

Praktijkopdrachten

kibbeling bereiden
kaasfondue maken
insecten eten
veganistische pannenkoeken bakken
eiwit opkloppen met een mixer
menu samenstellen met vier kleuren groente
chocoladevla maken
mayonaise maken
kroketten maken

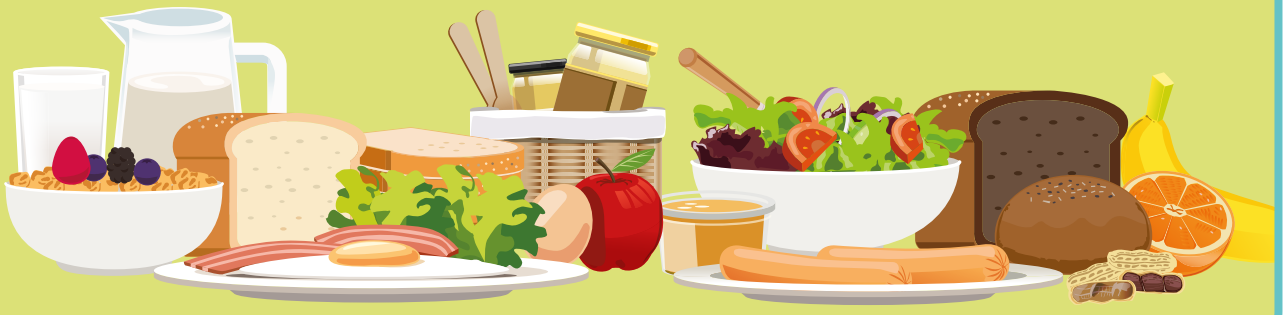
Stap 1: Omcirkel met groen drie onderwerpen én drie praktijkopdrachten waar je benieuwd naar bent.

Stap 2: Zet een rood kruis door de onderwerpen en praktijkopdrachten die je niet interessant lijken.

Stap 3: Kies jouw nummer één: waar ben je het meest benieuwd naar?

.....

Stap 4: Pitch aan je buurman of buurvrouw wat jou leuk lijkt aan je nummer één.



Uitleg

Eten van dieren



Dierlijk voedsel bestaat uit allerlei producten die afkomstig zijn van dieren, bijvoorbeeld vlees en melk. We eten met zijn allen veel dierlijk voedsel. Bij haring en kip is meteen duidelijk dat dit dierlijk voedsel is. Maar ook kaas, yoghurt, roomijs en gelatine zijn afkomstig van dieren. Wist je dat er in Nederland meer boerderijdieren zijn dan mensen? Echt waar! De vee-industrie produceert elk jaar bijna 650 miljoen dieren. De meeste van deze dieren worden geslacht voor de voedingsindustrie.



Opdracht 2 Vlees, vega(n) of flex?

In leerwerkboek 1A leerde je de begrippen vegetariër en veganist. Er zijn ook vleeseters en ***flexitariërs***. Iedereen kijkt anders aan tegen het eten van vlees. Verbind de standpunten van vijf verschillende eters met de bijbehorende argumenten door lijnen te trekken.



Een standpunt is hoe je ergens over denkt. Een argument is een goede reden voor jouw standpunt.



Marco is flexitariër.
Standpunt: Ik eet maar af en toe vlees in verband met het milieu.



Wesley is vleeseter.
Standpunt: Ik vind bijna iedere maaltijd lekkerder als er vlees bij zit.



Hamza is moslim.
Standpunt: Ik eet geen varkensvlees.



Carolien is vegetariër.
Standpunt: Ik eet geen vlees of vis, maar wel zuivelproducten.



Beyoncé is veganist.
Standpunt: Ik eet of gebruik helemaal niets dat van een dier komt. Dus ook geen leer of make-up die op dieren is getest.

'Het eten hiervan gaat in tegen de regels van mijn geloof.'

'Mensen kunnen prima een gezond leven leiden zonder dierlijke producten. Ik voel me goed en ik belast geen enkel dieren-leven of het milieu op deze manier!'

'Ik vind vlees heerlijk!'

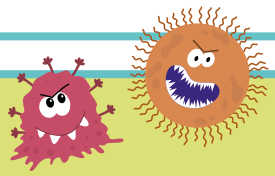
'Ik eet geen vlees of vis, maar wel zuivelproducten.'

'De productie van vlees vervuilt de aarde. Toch vind ik vlees erg lekker, en het voelt ook gezond om af en toe vlees of vis te eten!'

'Veel productiedieren worden enkel gehouden om op te eten. Ze hebben een rotleven. Ook is de productie van vlees slecht voor het milieu. Daarom eet ik geen vlees of vis!'

Uitleg

Houd het schoon



Als je met voeding werkt moet je goed op hygiëne letten! Dat betekent dat je schoon werkt. En niet alles wat er schoon uitziet, is ook echt schoon. Bacteriën zie je namelijk niet met het blote oog.
Voedsel kan makkelijk besmet worden door ander voedsel. Als je bijvoorbeeld groenten snijdt op een plank waarop je daarvoor nog rauw vlees hebt gesneden, kan er ***kruisbesmetting*** optreden. Dan komen de bacteriën van het rauwe vlees op de groenten. Daarvan kun je erg ziek worden. En daarom zijn er wetten en regels opgesteld.

Zet kruisjes voor de regels die jij al kent:



- ◯ Gebruik verse producten.
- ◯ Eerst groenten snijden en dan pas vlees, gebruik hiervoor aparte snijplanken.
- ◯ Na het snijden van vlees goed het werkblad schoonmaken en je handen wassen; laat rauw vlees niet in aanraking komen met groenten.
- ◯ De opslagruimte en de vloer zijn schoon.
- ◯ Producten zonder verpakking hebben een etiket met de beschrijving van het product, de datum waarop het is gemaakt, en een uiterste gebruiksdatum.
- ◯ Producten worden bewaard op de juiste temperatuur.
- ◯ De koelkast en vriezer zijn schoon en opgeruimd.



TIP

De meeste ziekteverwekkers zitten op je handen!
Was dus regelmatig je handen.





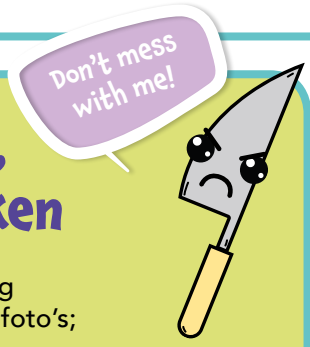
Groen moet je doen!

Bekijk op de website van **Expeditie Groen** de praktijkkaarten **Ingangscontrole uitvoeren**, **Aanrecht schoonmaken** en **Kruisbesmetting voorkomen**.



Opdracht 3

Puzzel: snijden, hakken en bakken



Tijdens de kooklessen komt het volgende kookgerei van pas. Weet jij nog hoe alles heet? En waarvoor je het gebruikt? Vul de naam in bij de juiste foto's; zie het lijstje met '**Namen kookgerei**' op de volgende pagina.



.....



.....



.....



.....



.....



.....



.....



.....



.....

Waarvoor gebruik je het? Maak de juiste combinaties door lijnen te trekken.

Namen kookgerei:	
Spatel	Om bot, been en graten te verwijderen uit vlees en vis.
Koksmes	Voor het kleiner maken van vlees vis of groenten.
Grillpan	Om grote stukken vlees zoals ham en rosbief te snijden, ook in dunne plakken.
Hakmes	Om grote stukken vlees te verdelen en om spareribs te hakken.
Snijplank	Met de hand kloppen of klutsen.
Garde	Ondergrond van kunststof om op te hakken en snijden.
Vleesmes	Bij bakken in een pan kun je hiermee bijvoorbeeld vlees omdraaien of een gebakken ei losmaken.
Fileermes	In deze lage pan met lange steel bak je bijvoorbeeld vlees of eieren.
Koekenpan	In deze geribbelde pan kun je vlees of groente grillen.

Klaar? Vraag je docent om de antwoorden.



Groen moet je doen!

Heb je al zin gekregen om te gaan koken? Kies je voor vlees of vegetarisch? Met de praktijkkaarten **Kroketten maken** of **Kaasstengels maken** kun je alle kanten op. Je vindt ze op de website van **Expeditie Groen**. Je vindt daar ook de praktijkkaart **Veilig werken met messen en ander scherp gereedschap**.



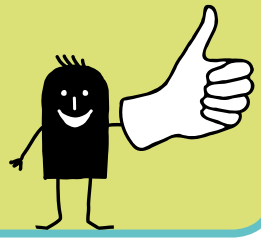
Portfolio invullen

Blader nu naar je portfolio achter in dit leerwerkboek en maak de opdrachten.

Portfolio ingevuld?

Top! Je bent klaar met les 1!







Groen & styling

In groene sferen

Inhoud:

Les 1: Allemaal groen	pag. 54
Les 2: Groene vingers gezocht!	pag. 58
Les 3: Wat is groene styling?	pag. 64
Les 4: Trends in groen en bloem	pag. 70
Les 5: Groen kopen	pag. 76
Les 6: Presenteren en verpakken	pag. 82
Les 7: Groen verkopen	pag. 88
Les 8: Wat heb je geleerd over Groen & styling?	pag. 94
Begrippenlijst	pag. 100

Les 1

Allemaal groen

Leerdoelen:

- Je weet welke onderwerpen er in de module Groen & styling aan bod komen.
- Je onderzoekt wat je al weet en wat je interessant vindt aan styling met planten en bloemen.
- Je leert over de keten van kamerplanten.

begin hier

Een groen gesprek

Geniet jij van groen om je heen? Zoals een paar mooie planten in de woonkamer, of een bos bloemen op de keukentafel? Praat met de klas over de volgende stellingen:

- Zonder planten of bloemen in huis is het maar een saaie boel.
- Als er planten in een kantoor staan voelen mensen zich prettiger en hebben ze minder stress.
- Mooie bloemstukken in een restaurant zorgen voor meer sfeer, waardoor klanten sneller terug komen.
- Nepplanten zijn veel handiger en even mooi als levende planten.



Uitleg

Waar gaat deze module over?

Planten en bloemen in je huis, op kantoren of in restaurants zijn helemaal in. Door planten wordt een plek gezonder en gezelliger. Een planten- en bloemenstylist kan een ruimte prachtig inrichten met groen.
In deze module Groen & styling ontdek je vooral welke planten geschikt zijn voor binnen. Ook leer je hoe je ze moet verzorgen. Je leert over trends en je gaat een groene inrichting ontwerpen. Daarbij mag je behalve planten ook bloemen gebruiken. Daarover leerde je al in de module **Bloem** in klas 1. Bij Groen & styling gaat het ook over het verkopen van planten. Hoe kun je klanten het beste helpen en hoe richt je de winkel in? Want als jij een goed verhaal hebt en je producten mooi presenteert, zullen de klanten meer kopen!

Groene modules

Soms zal er wat overlap zijn met andere modules in Expeditie Groen. Bijvoorbeeld met **Groen** in klas 1. Daar leerde je over tuinen aanleggen, onderhoud en planten buiten. En de module **Plant** in klas 2 gaat over het kweken van planten en groenten. Je gaat dan oefenen met zaaien en stekken.
Deze onderwerpen hebben allemaal met elkaar te maken. Een hippe daktuin waar je ook groente kweekt hoort bij Groen, Plant én bij Groen & styling! En als je werkt in een tuincentrum moet je weten welke planten leuk staan in een moderne woonkamer, maar ook advies kunnen geven over een rozenstruik voor in de tuin. Het is dus handig als je overal kennis van hebt en de samenhang ziet! Ook aan de inrichting van veel zwembaden komt Groen & styling te pas. Planten zorgen voor een tropische sfeer.

Kruis aan waar jij het liefst zou zwemmen:



Filmpje!



Een echte plantenliefhebber in New York toverde haar woning om tot mini-jungle! Bekijk op de website van **Expeditie Groen** het filmpje Mijn Jungle-appartement (tot 0:45 minuut).
Wat vind jij van dit appartement?

◯ Super Chill! ◯ Een groene oase ◯ Veel te druk ◯ Eng!

◯ Anders, namelijk: .....



Opdracht 1 Test je kennis en interesse

Wat weet je al over Groen & styling? En wat lijkt je leuk of juist saai?

Zet vinkjes in de kolom 'Bekend?' bij de onderwerpen waar je al kennis over hebt. En kleur de smiley in die aangeeft hoe jij denkt over een onderwerp.

Onderwerp	Bekend?	Leuk	Weet niet	Saai
• De productieketen van kamerplanten	◯			
• De meest voorkomende kamerplanten	◯			
• Hoe verzorg je kamerplanten?	◯			
• Styling met kleuren	◯			
• Trends in planten	◯			
• Verkooppunten van planten	◯			
• Productpresentaties maken in winkels	◯			
• Klanten adviseren over planten	◯			
Zelf aan de slag met Groen & styling:				
• Een symbolenkaart maken over plantverzorging	◯			
• Een plantenbak inrichten	◯			
• Een seizoenstrend uitwerken	◯			
• Een verkoopgesprek oefenen	◯			
• Planten en bloemen verpakken	◯			
• Mystery shopping bij een plantenzaak	◯			

Wist je dat?

In een groene omgeving hebben mensen minder last van stress. Boswachters en mensen met andere groene beroepen zeggen dan ook vaak dat hun werk als hobby voelt.
Uit onderzoek blijkt ook dat planten een positief effect hebben op de werking van onze hersenen. Kinderen in een binnentuin maakten een moeilijke test beter dan kinderen in een leeg lokaal.



Staan er al planten in jullie klas? Wie weet helpt het bij een toets!

uitleg

Waar komt jouw plant vandaan?

Bij jou in huis staan misschien wel palmen, cactussen of andere planten die in Nederland buiten niet kunnen groeien. Dat soort planten importeren we uit het buitenland. Maar de meeste planten worden door kwekers in Nederland geproduceerd. Er zijn een heleboel kwekerijen van kamer- en tuinplanten. Daar werken ruim tienduizend mensen!
Vanuit de kwekerij gaan de planten met een vrachtwagen op transport naar de bloemenveiling of direct naar klanten. Klanten zijn bijvoorbeeld groothandels, die op hun beurt weer doorverkopen naar bloemenwinkels, tuincentra, bouwmarkten of woonwinkels. Daar kopen consumenten hun planten voor thuis of om cadeau te doen.



Kwekerij van bloeiende kamerplanten



Opdracht 2
De productieketen van planten

Zet de schakels in de keten van planten in de juiste volgorde: zet een 1 bij de eerste schakel, een 2 bij de volgende enzovoort.

groothandel



consument



veiling



verkooppunt



kweker



TIP

Breng eens een bezoek aan een bloemen- of plantenveiling met school! Of bekijk het filmpje Topdrukte op bloemenveiling op de website van Expeditie Groen. Een paar dagen voor moederdag zijn de bloemen daar niet aan te slepen!



Lijkt het jou leuk om op de bloemenveiling te werken? ◯ ja ◯ nee ◯ ehm…
Wat zou je daar willen doen?

.....



Groen moet je doen!

Als je planten of bloemen gaat kopen op een veiling kun je de volgende praktijkkaarten gebruiken: Inkopen bij de veiling, Levering met pakbon controleren en Planten uitpakken. Te vinden op de website van Expeditie Groen.



Wist je dat?

Styling met planten en bloemen is hot! Op Instagram kun je inspiratie opdoen voor een groen interieur. Op Urban Jungle bloggers zie je woningen van plantenliefhebbers uit de hele wereld. En bekijk ook eens de Jungalow. Je vindt de linkjes op de website van Expeditie Groen.

Portfolio invullen

Blader nu naar je portfolio (achter in je leerwerkboek) en vul de vragen in.

Portfolio ingevuld?

YES! Je bent klaar met les 1!

