



**HLZ** havo  
vwo

hervormd lyceum zuid

---



## Het project

Door te zoeken naar recepten, deze te bereiden, te proeven en te presenteren, leren jullie koken en alles wat daarbij komt kijken. Door je te verdiepen in de herkomst van de producten en de culturele achtergronden van de verschillende keukens leer je andere eetgewoonten en smaken kennen. Door te werken in groepjes waarbij het resultaat wordt gewogen in een spannende wedstrijd leren jullie samen te werken en verantwoordelijkheid te dragen. Ook kunnen jullie je laten inspireren door lekkere gerechten die je ooit zelf gegeten hebt in het buitenland of in een exotisch restaurant.



Het recept dat jullie kiezen moet origineel zijn en duidelijk en mooi op papier gezet worden. Daarnaast moet het informatie geven over de voedingswaarden, de culturele herkomst en nuttige tips geven over de eetgewoontes die bij dit gerecht horen.

Er zal uiteindelijk een selectie komen van de meest fraaie en originele recepten. De geselecteerde recepten worden tenslotte tijdens de eindwedstrijd op dinsdag 16 januari klaargemaakt in de "KookFabriek". Een gemotiveerde jury zal een winnaar kiezen.

Bij het koken kunnen jullie hulp vragen aan de aanwezige docenten.

## Een vakoverstijgend project

Bij tekenen en techniek gaan jullie je bezig houden met de totale presentatie van het recept: m.b.v. linsneden, tekeningen, collages, foto's etc. Ook maken jullie in deze lessen een ontwerp van de presentatie. De tafelaankleding, de attributen en de totale inrichting moeten de sfeer van het land waar het recept vandaan komt uitademen.



Bij aardrijkskunde wordt gekeken hoe ons traditionele "Hollandse" maaltijd voor een deel plaats heeft gemaakt door "voedsel van ver", dit alles onder invloed van o.a. migratie en toerisme. "Ons voedsel" komt tegenwoordig voor een deel uit allerlei delen van de wereld. Voedsel is dus een goed voorbeeld van globalisering.

En "last but not least", biologie, de motor van het project. In de les wordt behandeld wat de noodzakelijke voedingsstoffen zijn en waar een gezonde maaltijd aan moet voldoen. Hoe bereken je het aantal calorieën? Hoeveel suiker zit er in frisdrank? Wat gebeurt er als je lichaam steeds teveel koolhydraten en vetten binnen krijgt? Hoe kun je van overgewicht af komen? Ook kan er geproefd worden. Wat is nou zoet, zuur, bitter of zout, waar liggen de smaakcentra op de tong....?



## NIET meenemen (aanwezig in de KookFabriek)

In de KookFabriek zijn veel spullen die jullie nodig hebben al aanwezig. Deze hoeven jullie dus niet zelf mee te nemen.

### Koken:

- Pannen (kookpannen, braadpannen....)
- Maatbekers, vergieten, een zeef, raspens....
- Schalen, snijplanken, mengkommen...
- Koksmessen (groot en klein)....
- Staafmixer...

### Bij twijfel: zelf meenemen!

### Presenteren:

- Borden (diep en plat)
- Bestek
- Glaswerk
- .....



## WEL meenemen (niet aanwezig in de KookFabriek)

### Koken:

- Alle ingrediënten voor jullie gerecht
- Speciaal gereedschap (appelboor, eierprikker...)
- .....

### Bij twijfel: zelf meenemen!



### Presenteren:

- Eigen servies en bestek
- Presentatiemateriaal voor op het prikbord
- Aangepaste kleding?
- Muziekapparatuur
- Jullie menukaart
- .....

## Apparatuur aanwezig in de KookFabriek

- Een grote gezamenlijke koelkast
- Een grote gezamenlijke vriezer
- Een magnetron



## Veel materiaal mee te nemen?

Wanneer jullie veel spullen moeten meenemen kunnen wij die voor jullie met de auto vervoeren van school naar de KookFabriek (en terug natuurlijk). Zorg dan dat deze materialen in een tas zitten met een label waarop jullie klas en namen staan vermeld.

**Deze tassen moeten uiterlijk maandag 15 januari om 15.00 uur zijn afgeleverd en zijn aangemeld bij de kamer van de afdelingsleiding van de 1e en 2e klas. Informeer ook je mentor. Zorg voor een duidelijk label aan de tas!**

**>>> Al het gemaakte werk bij TE / BIO en AK zal klaarliggen in de kookfabriek**

Na afloop kunnen de tassen door weer meegenomen worden naar school. De tassen zijn om na circa 16:30 uur op school op te halen of op de volgende schooldag.



---

## Kleding koks

- Koks zijn verplicht om in de keuken op gymschoenen te lopen (veiligheid).
- Koks moeten een schort en een koksmuts of een andere hoofdbedekking hebben.

---

## Het kookeiland

Jullie staan met twee groepjes aan één kookeiland, ieder aan een kant. Elke kookeiland heeft daar de beschikking over:

- Een werkbank (te delen met een andere groep).
- Een wasbak met kraan (te delen met een andere groep).
- Een gasstel met 6 branders (te delen met een andere groep).
- Een oven (te delen met een andere groep).



Overleg goed met de andere groep aan jullie kookeiland over het gebruik van de gezamenlijke apparatuur (timing). Met name het eventuele gebruik van de oven is hierbij van belang.

---

## De presentatie



Er komt een wand op de presentatietafel en de open kast. Hierop kunnen jullie een deel van de presentatie bevestigen. Handig om te weten is dat een deel van de wand een prikbord is. Neem alle spullen mee voor de presentatie, maar ook bevestigingsmateriaal zoals punaises, touw, plakband, tie-rips, schaar, mes en verder alles wat je denkt nodig te hebben. Vergeet ook niet jullie menukaart mee te nemen.

---

## De fotoshoot

Aan het begin van jullie presentatie is er een fotoshoot. Deze fotoshoot moet snel klaar zijn. Oefen alvast in het poseren als groep. Houd er rekening mee dat jullie samen met de opgemaakte tafel op de foto gaan.

## Aankleden van de tafel



De tafel moet gedekt worden voor vier personen. (= aantal juryleden). Het gedekte deel van de tafel is tegen de achterwand. Vergeet niet een tafelkleed, servetten en alles wat je denkt nodig te hebben voor de presentatie mee te nemen. Op het voorste gedeelte van de tafel komt alles te liggen wat jullie al gemaakt hebben voor dit project, zoals het kookverslag en de onderzoeken van de journalisten (jullie moeten er zelf voor zorgen dat dit aanwezig is). Dit gedeelte kan je verder aantrekkelijker maken door producten uit jullie land neer te leggen, een vlaggetje van het land of iets anders dat heel typisch is voor dit land. Kortom, gewoon een leuke aankleding die bijdraagt tot een betere presentatie. De tafel is 2.75 m lang en 90 cm breed.

## Opruimen

Laat het kookeiland helemaal schoon achter:

- De keukenspullen, de messen en het servies van de KookFabriek hoeven jullie niet af te wassen. Verwijder de etensresten en plaats de spullen op één van de afwaskarren
- Wanneer jullie een grote hoeveelheid olie (frituren) hebben gebruikt, spoel dat dan niet weg in de gootsteen, maar vraag hulp aan een van de docenten. Het vet gaat dan in een aparte container.
- Jullie kookeiland, inclusief de oven, het fornuis en de gootsteen laten jullie schoon achter.
- Schoonmaakmiddelen zijn beschikbaar in de KookFabriek.
- Voor een schoon kookeiland worden punten toegekend en telt dus mee in de beoordeling.



Voordat je bij de kookfabriek weggaat laat je het kookeiland goedkeuren en aftekenen door een van de docenten. Je mag pas weg als het schoonmaken is goedgekeurd.



Wanneer het kookeiland zonder goedkeuring en vies is achtergelaten kunnen achteraf sancties volgen, maar we gaan er natuurlijk vanuit dat dit niet nodig zal zijn.

### De beoordeling van Het Koken

- Jullie recept moet duidelijk zijn beschreven
- Jullie gerecht moet origineel en lekker zijn
- Is er een duidelijke lijst met ingrediënten?
- Is de smaak goed?



### De beoordeling van De Presentatie

- Is de schaal, bord of kom schoon? Zitten er geen druppels of vette vingerafdrukken op?
- Hoe ziet jullie gerecht eruit? Denk aan kleuren, een mooi bruin korstje enz. Is het geheel mooi opgemaakt?
- Is de tafel mooi gedekt?
- Hebben jullie kleding uit het land van het gerecht aan?



### De beoordeling van achtergrondinformatie

- Is jullie gerecht een gezond of ongezond gerecht? En waarom is dat zo?
- Is jullie gerecht een volwaardige maaltijd? Zo niet: hoe is jullie gerecht aan te vullen tot een volwaardige maaltijd?
- Is in het logboek beschreven hoe jullie het koken van het recept geoefend hebben?
- Wat ging er mis, hoe hebben jullie één en ander verbeterd?
- Hebben jullie iets veranderd aan het originele recept? Zo ja; wat en waarom deze verandering?
- Waarom hebben jullie gekozen voor dit gerecht?

### Bij de jury

Als jullie team aan de beurt is zorg je dat je met z'n allen klaarstaan bij de presentatietafel

- Eén leerling van het groepje geeft de jury een hand en nodigt ze aan tafel uit. Spreek de juryleden aan in de taal van het gekozen land en geef ze meteen het gevoel dat ze daar op bezoek zijn.
- Eén leerling houdt een praatje van een paar minuten: waarom ze het land hebben gekozen, iets over de eetcultuur, de eetgewoontes, enz.
- Daarna serveert de kok het gerecht.
- Eén van de koks vertelt iets over het gerecht (welke ingrediënten, bereidingswijze.... ). Daarna nodigt hij of zij de gasten uit om te proeven. ‘
- Sluit af met wat entertainment onder het eten in de stijl van het land. Denk aan een bepaalde dans, vertel over voorwerpen die je hebt meegebracht, bespeel een muziekinstrument etc.)
- Let op! Je hebt 10 minuten de tijd om alles aan de jury te presenteren, uit te leggen en te laten proeven



# De KOOKFABRIEK

De dag zelf

Les of geen les...op dinsdag 16-01

## LESROOSTER OP DINSDAG 16-01-2017-1

	1	2	3	4	5	6	7	8
V2A	Kook fabriek	Kook fabriek	Kook fabriek	---	---	---	---	---
V2B	Kook fabriek	Kook fabriek	Kook fabriek	---	---	---	---	---
U2A	Les	Les	---	Kook fabriek	Kook fabriek	---	---	---
V2C	---	---	---	Kook fabriek	Kook fabriek	---	---	---
H2A	---	---	---	---	---	Kook fabriek	Kook fabriek	Kook fabriek
H2B	---	---	---	---	---	Kook fabriek	Kook fabriek	Kook fabriek
H2C	---	---	---	---	---	Kook fabriek	Kook fabriek	Kook fabriek

Kijk goed op onderstaand rooster wanneer je in de kookfabriek moet zijn met alle ingrediënten, kleding, versieringen en andere benodigdheden en wanneer de presentatie voor jullie klas begint. Succes!

## ROOSTER KOOKFABRIEK OP DINSDAG 16-01-2017-1-1

	Inrichten tafel en versieren prikbord, verkleden, klaarmaken gerecht	Presentatie van 10 minuten voor de jury Schoonmaken tafel en keukenblad
V2A	9.00 - 10.00	10.00 - 11.00
V2B	9.15 - 10.15	10.15 - 11.15
V2C	11.00 - 12.00	12.00 - 13.00
U2A	11.15 - 12.15	12.15 - 13.15
H2A	13.00 - 14.00	14.00 - 15.00
H2B	13.15 - 14.15	14.15 - 15.15
H2C	13.30 - 14.30	14.30 - 15.30

## Bereikbaarheid

### Adres:

De Flinesstraat 4  
1114 AL Amsterdam (Duivendrecht)  
Tel: 020 4635635  
www.kookfabriek.nl



## Routebeschrijving auto

(Let op: bij gebruik navigatiesysteem: kies plaatsnaam Duivendrecht i.p.v. Amsterdam)

### Vanuit richting Zaanstad

Volg de ring A10 (Zeeburgertunnel). Bij afslag S111 Industrierrein Amstel (Duivendrecht) eraf. Bij de stoplichten linksaf met de bocht meerijden. Bij de stoplichten linksaf (Spaklerweg). Onder viaduct (ring A10) door, bij de stoplichten (kruising Van der Madeweg) rechtdoor. Eerste straat rechtsaf (de Flinesstraat), de Kookfabriek is het 2<sup>e</sup> gebouw aan de rechterkant (tegenover het Office Centre)

### Vanuit richting Almere / Amersfoort

Volg de A1 tot knooppunt Watergraafsmeer en draai naar ring A10 richting Den Haag. Bij afslag S111 Industrierrein Amstel (Duivendrecht) eraf. Bij de stoplichten linksaf met de bocht meerijden. Bij de stoplichten linksaf (Spaklerweg). Onder viaduct (ring A10) door, bij de stoplichten (kruising Van der Madeweg) rechtdoor. Eerste straat rechtsaf (de Flinesstraat), de Kookfabriek is het 2<sup>e</sup> gebouw aan de rechterkant (tegenover het Office Centre)

## Routebeschrijving openbaar vervoer

### Vanaf het HLZ

- Neem lijn 5 in de Beethovenstraat naar station Amsterdam Zuid.
- Stap op station Amsterdam Zuid over op Metro 50 richting Gein.
- Stapt uit bij de halte van der Madeweg. Reistijd circa 20-25 minuten.



### Vanaf het Amstelstation

- Neem vanaf het Amstelstation **Metro 53 richting Gaasperplas**.
- Stap uit bij de halte **Van de Madeweg**. Reistijd circa 10-15 min.

### Vanaf metrostation van der Madeweg

- Bij station van der Madeweg bij de uitgang **rechtsaf** de **Van der Madeweg** inlopen.
- Na 200m bij kruising met Spaklerweg, **de Spaklerweg** oversteken. **Stoplichten!!**
- Na het oversteken ga je **linksaf**, de **Holterbergweg** in.
- Na 100m eerste straat **rechtsaf** de Flinesstraat in.

De Kookfabriek is het 2<sup>e</sup> gebouw aan de **rechterkant** (tegenover het Office Centre) circa 5 minuten lopen..



## Contact

De Kookfabriek ([www.kookfabriek.nl](http://www.kookfabriek.nl))  
De Flinesstraat 4  
1099 CB Amsterdam (Duivendrecht)  
Tel. 020 46 35 635



# De KOOKFABRIEK