



PRAKTIJKVERHAAL

Groningse brugklassers bedenken gezond Hollands gerecht voor een schappelijke prijs



Weet jij wat je eet? Onderbouwleerlingen van het Ubbo Emmius College in Winschoten gingen aan de slag met deze uitdaging. Opdrachtgever hiervoor was GGD Groningen die de brugklassers aanspoorde tot het bedenken van een gezond gerecht met ingrediënten van Nederlandse bodem. Wiskundedocent Ronald Akkerman was de initiatiefnemer van deze opdracht. Hoe pakte hij dit aan en hoe zag de opdracht er precies uit?

De leergebieden natuur&gezondheid/ natuur&techniek eigentijds er vormgeven, dat is wiskundedocent Ronald Akkerman op het lijf geschreven. Hij kreeg van zijn directeur de ruimte om deze leergebieden aan te passen en van een modern jasje te voorzien. Dit zijn de zogenaamde Xperience-uren geworden. Ronald: "Binnen deze Xperience-uren zijn er zeven werelden waar de leerlingen kennis mee maken. Voeding en gezondheid is er eentje van en omdat wij een Gezonde School zijn, wilde ik onze leerlingen laten werken rondom het thema gezonde voeding. Ik heb toen contact opgenomen met de GGD Groningen om te zien of zij iets voor ons konden betekenen, aangezien zij ook voorlichting geven over de Schijf van Vijf."

Gerecht maken volgens de Schijf van Vijf

Vanuit de GGD pakte Hannie Poletiek de vraag van Ronald verder op. Naast haar werk voor de GGD is ze ook makelaar voor Jong Leren Eten. Hannie: "Om de opdracht echt uitdagend, maar ook leerzaam te maken hebben we vier criteria opgesteld voor het gerecht. De leerlingen moeten de Schijf van Vijf gebruiken, producten die uit Nederland komen, seizoengebonden en de kosten moeten blijven onder de €5. We wilden leerlingen prikkelen om na te denken over waar hun eten precies vandaan komt, wat is nu precies gezonde voeding en bij welke



supermarkt kun je het goedkoopste gezonde producten halen? Daarom hebben we de leerlingen ook bij 5 supermarkten laten kijken, zodat ze een goede vergelijking konden maken", aldus Hannie.

Winnende gerechten

Uiteindelijk mochten de leerlingen hun creaties bereiden voor een vierkoppige jury, bestaande uit mensen van de GGD en Jong Leren Eten. De winnende gerechten waren als volgt:

- Eerste plaats: taco met vegetarisch gehakt en verse groenten.
- Tweede plek: De gezonde wrap toren: gemaakt van wraps, mais crème fraîche, tosti quick, sla, tomaat, kip
- Derde plek: wrap, roomkaas, zalm, sla, komkommer, tomaat, gekookt ei.

Inspiratie voor profielkeuze bovenbouw

Voor Ronald en de andere docenten die Xperience geven, was de opdracht een leerrijke, inspirerende ervaring. Ronald: "Allereerst waren de leerlingen erg enthousiast over de opdracht. In het begin waren er wel een paar leerlingen die wat mopperden over het koken, maar dat verdween al snel. Een tweede doel van deze opdracht was dat het leerlingen kon helpen bij hun profielkeuze voor de bovenbouw. Zo zijn er leerlingen die zo enthousiast zijn geworden van het koken, dat ze overwegen om een koksopleiding te gaan doen. Tijdens de opdracht mochten de leerlingen hun eigen invulling eraan geven, het gaat om de ervaring en daarbij hoort fouten maken."

Leerles voor docent

"Voor mij als docent was het ook interessant. Hoe ga je met een klas aan de slag in een keuken, hoe organiseer je dat allemaal? Dat bleek toch iets meer organisatiewerk dan verwacht. Gelukkig is alles goedkomen en willen we hier volgend schooljaar mee verder, waarschijnlijk wel met een andere invalshoek wat betreft de voeding. En als kers op de taart ben ik uitgenodigd op de Jong Leren Eten dag van de noordelijke provincies om over ons project te vertellen! Hopelijk kunnen we daar ook andere scholen inspireren om met een soortgelijk idee aan de slag te gaan!", aldus Ronald.

Ook aan de slag met koken volgens de Schijf van Vijf?

Wil jij ook met duurzame en gezonde voeding, koken en de Schijf van Vijf aan de slag op school? Neem dan contact op met de Jong Leren Eten makelaars in jouw provincie om de mogelijkheden te verkennen. Kijk op de [regiopagina van jouw provincie](#) voor de contactgegevens van de betreffende makelaars.

