

# Snackingtime

Foodblog für den kleinen Hunger

[snackingtime.incms.net](http://snackingtime.incms.net)

Eine Projektarbeit von Sara Müller

Betreuende Lehrperson: René Müller

Abgabedatum: April 2017

Volksschule Lenk



## Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	3
Wie ich auf die Idee kam .....	4
Der Snack.....	4
Ein „Foodblog“ .....	4
Food .....	5
Food Waste.....	5
Slow Food .....	6
Food Trends.....	6
Die Website .....	6
Auswahl verschiedener Websitesanbietern .....	6
Meine Website mit inCMS.....	7
Der Aufbau.....	7
Das Fotografieren der Snacks .....	10
Die nötigen Sachen.....	10
Das eigentliche Fotografieren .....	12
Die Perspektiven .....	13
Meine Lieblingsbilder .....	15
Die Rezepte.....	16
„Fremde“ Rezepte.....	16
Eigene Rezepte .....	17
Meine persönlichen Lieblingsrezepte .....	17
Salzstangen-Karamell-Kuchen.....	17
Schoko-Banane am Stiel.....	19
Banane-Cashew-Smoothie mit Nutella .....	20
Mexikanischer Salat.....	21
Fazit zu meiner Projektarbeit .....	22
Dank .....	22
Literaturverzeichnis .....	23
Abbildungsverzeichnis.....	24
Anhang .....	25

## **Vorwort**

Kleine Mahlzeiten zwischen den Hauptmahlzeiten - Snacks also. Solche habe ich vor meiner Projektarbeit schon öfters gemacht. Also dachte ich mir, wieso sollte es in meiner Projektarbeit nicht auch um sie gehen? Und das Endprodukt davon? Eine Website, einen „Foodblog“, auf dem ich die Rezepte und die dazugehörigen Bilder der Snacks poste. Doch damals wusste ich noch nicht, wie viel Aufwand und Arbeit da wirklich drinsteckt. Zudem war ich am Anfang noch nicht so sehr von der Idee begeistert, aber ich dachte, das kommt dann schon noch. Ich nahm mir vor, seriös und zügig zu arbeiten, damit ich nicht in einen Stress hineinkomme, doch das schaffte ich leider nicht wirklich.

## **Ziele**

- Ich erfinde mindestens sieben Rezepte selbst, welche gute Ergebnisse bringen
- Die Bilder sind in guter Qualität und sehen appetitlich aus
- Der Blog hat einen eigenen, einheitlichen Style
- Ich schreibe eine ausführliche Dokumentation, in der ich über den Aufbau und die Funktion der Website, über die Auswahl, über „Food“ und über die Rezepte und das Fotografieren Auskunft gebe
- Ich schaffe es, meinen Foodblog auf mindestens zwei Arten zu verbreiten

### **Wie ich auf die Idee kam**

Als es in der Schule viel darum ging, sich für eine Projektarbeit zu entscheiden, kam mir nach Schulschluss auf einmal der Gedanke, irgendetwas mit Essen und vielleicht einer Internetseite zu machen. Also überlegte ich mir genauer, was ich denn da so tun könnte. Zuerst fand ich einen Foodblog zu machen etwas komisch, weil das doch nichts für mich sei, aber ich dachte mir, ich versuche es einmal und mache eine saubere und gute Sache daraus.

Passenderweise hat mein Bruder eine Spiegelreflexkamera, welche ich für mein Projekt gut gebrauchen könnte. Zudem wollte ich mir auch einen eigenen Laptop kaufen, was ja auch grade zu der Projektarbeit mit dem Foodblog passen würde.

### **Der Snack**

Das „Wort Snack“ kommt ursprünglich aus dem Englischen, wird aber heute schon oft im Deutschen verwendet. Mit „Snacks“ sind kleine Zwischenmahlzeiten, Naschereien und Häppchen zwischen den Hauptmalzeiten gemeint. Manchmal wird aber auch mit „Snacken“ das allgemeine Essen gemeint. Typische Snacks sind häufig Fertigprodukte wie Chips, Schokoriegel oder salzige Kleinigkeiten, welche man kaufen kann. Aber der Trend, eigene gesündere oder ausgefallenerere Snacks selber zu machen, kommt immer wie mehr auf. Auf dem basiert vor allem mein Foodblog „Snackingtime“.

### **Ein „Foodblog“**

„Foodblog“ besteht aus den Wörtern „Food“ und „Blog“, welche beide ebenfalls auch vom Englischen kommen. „Food“ bedeutet auf Deutsch „Essen“, von dem es auch schon viele Trends oder Projekte gibt. Darauf gehe ich jedoch in einem weiteren Abschnitt darauf ein. Auf einem „Blog“ postet der Blogger regelmässig neue Beiträge, um sie mit seinen Lesern teilen zu können und ihnen so neue Ideen oder Eindrücke weiterzugeben. Das Wort „Blog“ wird ursprünglich als „Logbuch“ oder „Internettagebuch“ bezeichnet. (Gruenderszene, 2017)

Es gibt aber auch Blogger, die mit dem Posten ihrer Beiträge Geld verdienen und so von dem Leben können. Dazu muss man sich aber richtig ins Zeug legen und wissen, was bei den Leuten gut ankommt und wofür sie sich interessieren.

Also ist ein Foodblog eine Website, auf der vom Blogger Essens-Sachen gepostet werden. Dies sind meistens Bilder des Essens und der dazugehörigen Rezepte oder auch

über das Essen in verschiedenen Restaurants oder Anlässen. Für meinen Foodblog habe ich mich jedoch nur auf Snacks beschränkt.

## Food

Wie schon erwähnt, gehe ich noch etwas auf das Thema „Food“ ein. Es gibt heute schon einige Trends oder Projekte in Sachen Food.

## Food Waste

Mit Food Waste (zu Deutsch Lebensmittelabfälle) bezeichnet man Lebensmittel, welche durch Essensreste, unschönem Aussehen, Überschreitung des Mindesthaltbarkeitsdatums oder aus anderen Gründen weggeschmissen oder verschwendet werden. Meistens sind es wirklich noch gute und essbare Lebensmittel, welche zum Beispiel einfach nur vom Aussehen her nicht so aussehen, wie sie „sollten“ oder wie wir es uns vorstellen. Ein Drittel der Schweizer Lebensmittel wird jährlich zu Food Waste. Das sind über 23 Millionen Tonnen an Lebensmitteln, welche wir wegwerfen. 45 % davon, also fast die Hälfte, stammen aus den privaten Haushalten. (Foodwaste, 2017)

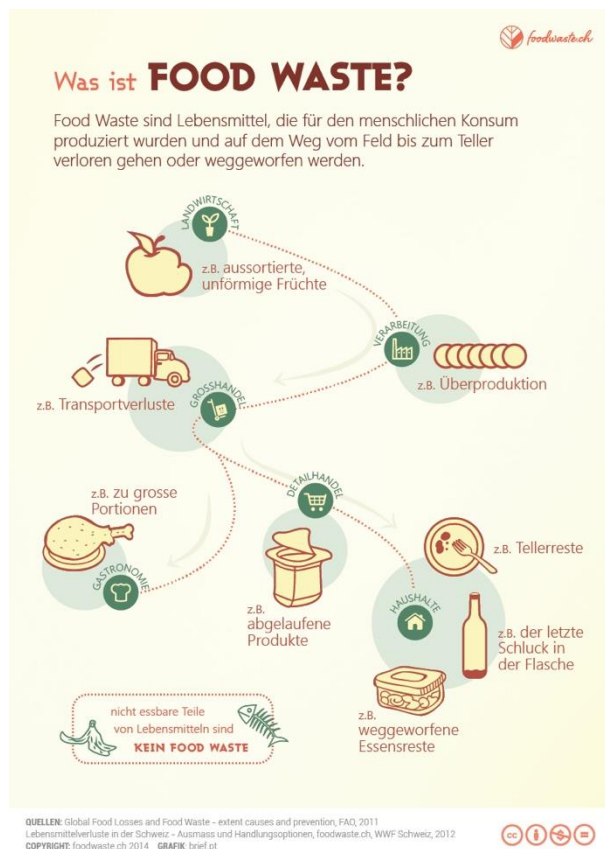


Abbildung 1 Entstehung von Food Waste

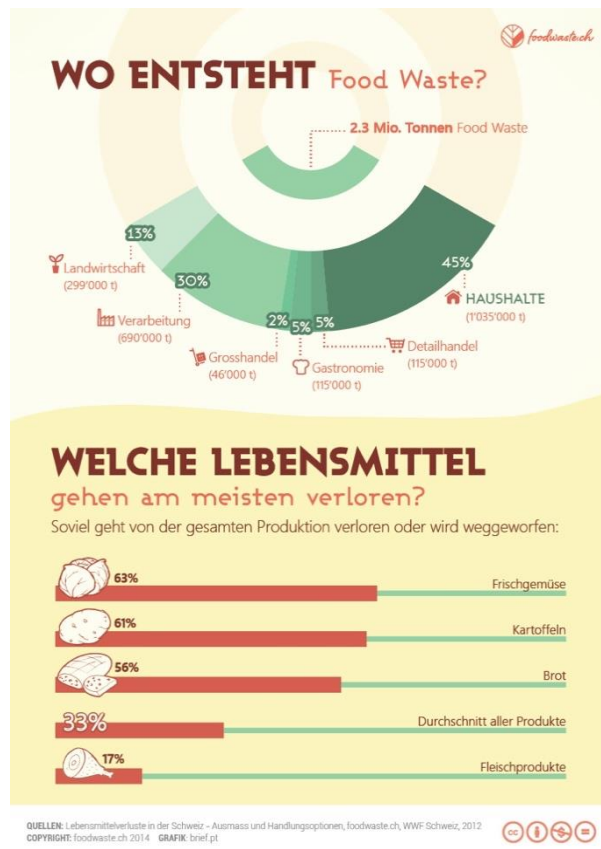


Abbildung 2 Aufteilung von Food Waste-Gründen

## **Slow Food**

Slow Food (langsames Essen) ist eine Organisation, welche als Gegenbewegung zum Fast Food auf die Beine gestellt wurde und aus Italien kommt. Sie legt Wert darauf, vor allem regionale Produkte zu wählen, gesund zu kochen und das Essen langsam zu genießen. So ist Slow Food also eine gemütliche und gesunde Ernährungsweise, welche gut für die Verdauung ist, damit das Sättigungsgefühl besser wahrgenommen wird. Also eben so ziemlich das Gegenteil von Fast Food, bei dem das Essen schnell und ungesund in den Magen kommt. (Gesundheit, 2017)

## **Food Trends**

Trends, die von Essen handeln, das sind Food Trends. Es gibt immer wieder neue Food Trends, welche um die ganze Welt gehen und man auf sozialen Netzwerken sieht.

Ein schon recht bekannter Food Trend ist zum Beispiel die Kokosnuss. Sie gilt fast als Alleskönner. Kokosöl für Haare, Haut oder zum Braten, Kokosmilch für eigenes Eis oder als Milchalternative, Kokosmehl als Weizenmehlersatz... und noch vieles mehr. Ich persönlich finde Food Trends ziemlich cool aber auch witzig. Zwischendurch probiere ich sie selbst aus oder habe sie schon komplett übernommen. Jedoch sind einige Food Trends auch ziemlich schräg und ungewöhnlich.

Aktuelle oder schon etwas ältere Food Trends sind zum Beispiel Smoothie Bowls (Festere Smoothies in Schüsselchen), Low-Carb Gerichte (kaum Kohlenhydrate), je mehr geschmolzener Käse desto besser, Super Foods Chia-Samen oder Goji-Beeren (enthalten mehr Vitamine, Proteine oder anderes als sonstige Nahrungsmittel) und noch viele weitere.

## **Die Website**

### **Auswahl verschiedener Websitesanbietern**

Es gibt ganz viele verschiedene Plattformen, auf denen man sich seine eigene Website erstellen kann. Sehr bekannte sind zum Beispiel „Jimdo“ oder „Wix“, welche kostenlos sind. Sie stellen schon viele Funktionen zur Verfügung, um seine eigene Website individuell gestalten zu können. Jedoch gibt es schon einige Einschränkungen, wie die Strukturierungen oder Grundvorlagen, welche schon vorgegeben sind. In der Domain<sup>1</sup> (meine

---

<sup>1</sup> Die Internetadresse (Name) einer Website

Domain ist: snackingtime.incms.net) einer Jimdo Website steht zum Beispiel immer noch der Name derjenigen Plattform drin. Also würde es bei mir „snackingtime.jimdo.com“ heißen. Man kann sich aber auch verschiedene „Pakete“ kaufen, die vom Anbieter angeboten werden und die den Plattformnamen in der eigenen Domain nicht mehr beinhalten. Dazu bekommt man meistens auch einen eigenen E-Mail-Provider<sup>2</sup>.

Zusätzlich gibt es aber auch noch andere Anbieter, bei denen man sich völlig ausleben kann und man so gut wie keine Einschränkungen hat. Für die zahlt man allerdings auch, aber das hat auch seinen Grund. Denn kauft man sich beispielsweise bei den Anbietern „Wordpress“ oder „Hoststar“ ein Paket, dann darf man mit seiner eigenen Website auch Geld verdienen, einen Onlineshop gründen und vieles mehr.

### **Meine Website mit inCMS**

Meine Website habe ich mit InCMS aufgebaut. InCMS ist eine Software vom Unternehmen „SwissMadeMarketing“, das ermöglicht, seine eigene Website online zu erstellen und man dafür nichts installieren muss. Zu SwissMadeMarketing kam ich durch Jamie Hänni, der dort arbeitet und mir kostenlos und unkompliziert eine Websitevorlage erstellt hat.

Die Vorlage war aber anfangs selbst schon eine Art eigene Website, weshalb ich zuerst alles was ich später nicht wollte, löschen musste. Sachen wie Impressum oder Datenschutz waren auch noch von der vorherigen Seite, weshalb ich auch das löschen oder ändern musste.

### **Der Aufbau**

Im Kopfbereich der Website ist zuoberst immer die Überschrift „Snackingtime“ zu sehen. Wenn man auf sie klickt, landet man jedes Mal auf der Home-Seite. Die Home-Seite hat noch nichts mit den eigentlichen Rezepten zu tun und dient mehr als Startseite oder Einleitung zur Website.

Unter der Überschrift befindet sich also das Hauptmenu (rot umrandet), vom dem man aus auf alle Seiten kommt.

Wenn man auf „Kontakt“ klickt, kann man mir per E-Mail persönlich eine Nachricht schicken, um Mitteilungen, Rückmeldungen oder sonstige Fragen zu stellen. Diese können

---

<sup>2</sup> Ein eigenes Postfach mit einem individuellen Namen

die anderen Besucher der Website nicht sehen, aber ich freue mich trotzdem sehr, wenn sich jemand dafür hat und mir etwas schreibt.



Abbildung 3 Das Hauptmenu

Die Rezepte habe ich auf zwei verschiedene Seiten aufgeteilt: Süsse Snacks und salzige Snacks. Wenn man auf „Salzige Snacks“ klickt, erscheinen alle salzigen Snacks nebeneinander und untereinander und mit einem jeweiligen Bild dazu. So hat man eine Übersicht davon, wie viele salzige Snacks es gibt. Wenn man auf ein Bild oder dessen dazugehörigen Snack-Namen klickt, landet man bei dem Rezept für diesen Snack. Bei den süssen Snacks ist es genau dasselbe.

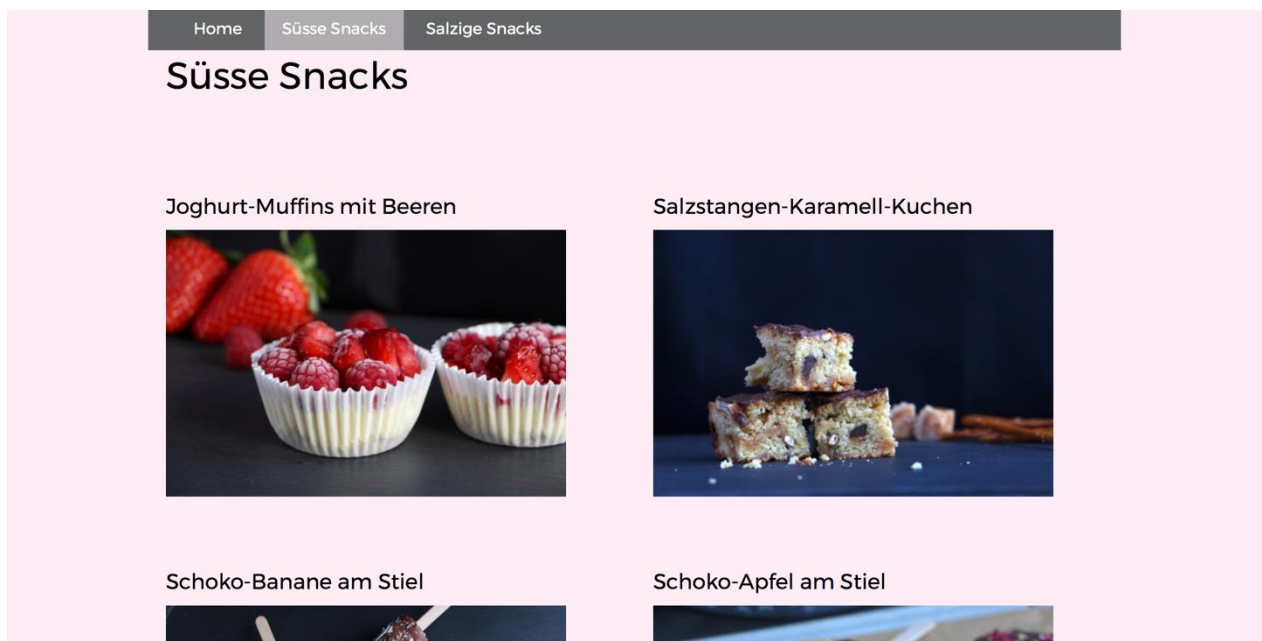


Abbildung 4 Übersicht süsse Snacks

Hält man hingegen die Maus nur auf eine Rubrik im Menu, zum Beispiel auf „Süsse Snacks“, dann erscheinen darunter alle süssen Snacks mit Namen, jedoch ohne Bild und nur untereinander (rot umrandet).



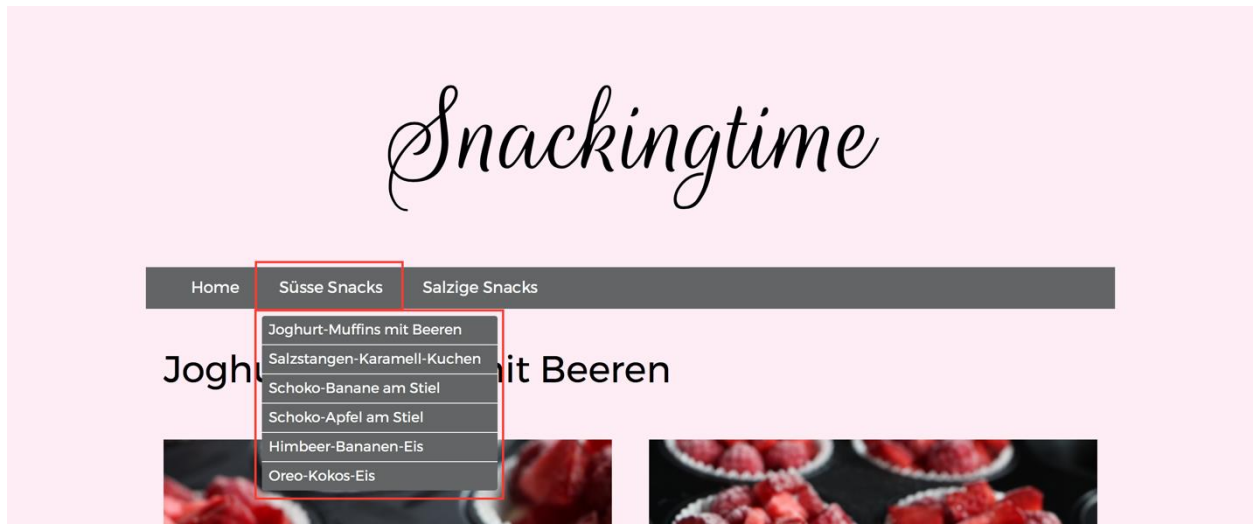


Abbildung 5 Schnelle Übersicht süsse Snacks

Die einzelnen Rezepte sind so aufgeteilt, dass zuerst ein kleiner Einführungs- oder Lustmachertext unter dem Snacknamen steht. Falls ich aber von einem Snack drei, anstatt nur ein gutes Bild habe, folgen zwei davon direkt schon nach dem Snacknamen und dann kommt erst der Einführungstext.

Unter dem Einführungstext steht die Zubereitungszeit für den jeweiligen Snack, damit man gleich weiss, wie viel Zeit man einplanen muss, um den Snack herzustellen.

Danach stehen links die Zutaten mit den allenfalls benötigten, zusätzlichen Sachen und rechts die Zubereitung des Snacks, welche in einzelnen Schritten beschrieben ist.

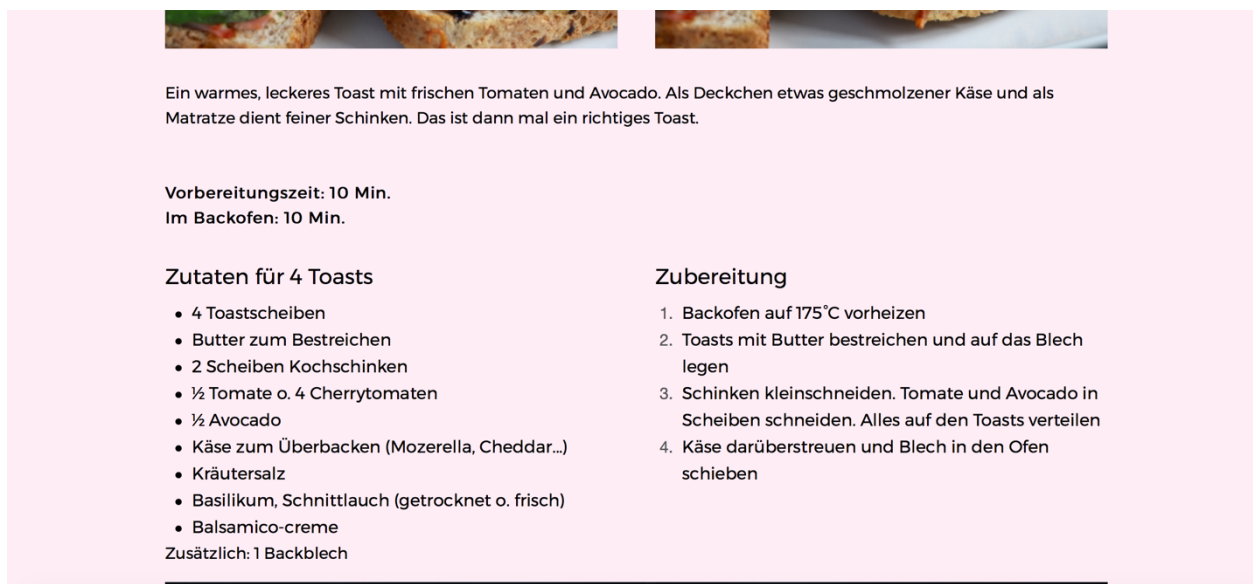


Abbildung 6 Das eigentliche Rezept

Am Schluss eines nicht selbst erfundenem Rezepts steht unter dem letzten Bild noch die Quelle, von wo ich es ursprünglich habe und ob ich noch etwas daran geändert habe (rot umrandet).



Abbildung 7 Die Quelle (Link) der Rezepte

## Das Fotografieren der Snacks

### Die nötigen Sachen

Schon am Anfang der Projektarbeit habe ich mir für die Bilder meiner Snacks vorgenommen, mir wirklich Mühe zu geben, damit das Ergebnis sich auch zeigen lassen kann.

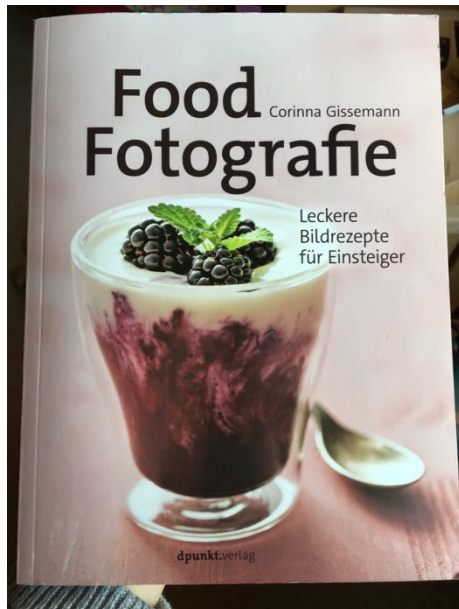


Abbildung 8 Verwendetes Buch

Dazu habe ich mir ein Buch gekauft, indem es genau um das Fotografieren von Essen geht und alles was man dafür braucht und wissen muss enthalten ist.

Das Buch heisst „Food Fotografie“ und ist von Corinna Gissemann. Ich habe das erste Drittel des Buches gut durchgelesen und mir Notizen dazu gemacht. Danach wusste ich schon die wichtigsten Sachen und habe sie beim Fotografieren anzuwenden versucht. Jedoch dauerte es schon einige Zeit, bis ich ungefähr wusste, auf was man alles achten muss und was jetzt den wichtigen Unterschied ausmacht, damit es gut aussieht.

Schwierig war vor allem, dass die Kamera, wie schon erwähnt, mit der ich fotografiert habe, nicht meine eigene war und ich kaum Erfahrung mit ihr hatte. Jedoch hat es nach ein paar „Snack-Shooting“ schon sehr gut geklappt.

Die Kamera ist eine Canon EOS 700D mit dem Objektiv Canon IS STM 18-135 mm.

Zu dem Buch kaufte ich mir auch noch eine schwarze Schieferplatte, auf die ich meistens meine Snacks darauflegte, denn ich finde, dass ein schwarzer Untergrund/Hintergrund die Bilder ganz anders wirken lässt und der Snacks besser zur Geltung kommt. Jedoch sieht ein anderer Untergrund mit anderen Requisiten natürlich auch gut aus. Aber man muss erst einmal Sachen finden, welche gut dazu passen.

Dann kaufte ich mir noch zwei Schälchen und einen grösseren Teller, um die Snacks allenfalls auch da drin/darauf zu servieren und etwas Abwechslung in die Bilder bringen zu können.

Für den Hintergrund benutze ich einen schwarzen glatten Stoff von meiner Mutter und eine grössere Kartonschachtel, um den Stoff darüber hängen zu können. Die Kamera befestigte ich meistens auf einem Stativ. Um die Bilder gut belichten zu können, benutze ich noch einen Reflektor. Das ist so eine Art Scheibe, welche das einfallende Licht bündelt und in eine andere Richtung wieder reflektiert. Den klemmte ich zwischen Glasflaschen ein oder jemand meiner Eltern hielt ihn.



*Abbildung 9 Reflektor*

## Das eigentliche Fotografieren



Abbildung 10 Während dem Fotografieren: Snack (Schoko-Banane am Stiel), Schieferplatte, Hintergrund (schwarzer Stoff), Kamera auf Stativ

Fotografiert habe ich die Snacks immer in der Küche auf unserem Tisch, weil ich das Licht dort für solche Bilder am schönsten und passendsten fand. Wie man auf dem Bild beim Fotografieren erkennen kann, habe ich mit dem manuellen Modus gearbeitet. Das heisst, ich musste die Blendenzahl, die Belichtungszeit und den ISO-Wert (Lichtempfindlichkeit) selbst einstellen. Den ISO-Wert hatte ich aber jedes Mal auf 100 eingestellt, da ich meistens genügend Licht hatte.

Die Blendenzahl gibt an, wie weit die Blende (die Öffnung, durch die das Licht auf das Objektiv kommt) geöffnet ist. Je höher die Blendenzahl ist, desto kleiner ist sie geöffnet. Also muss man eine höhere Blendenzahl einstellen, wenn man bei Sonnenlicht fotografiert als wenn es schon Abend wird, damit das Bild optimal belichtet ist. Dazu wird bei einer offenen Blende (kleinere Blendenzahl) nur ein bestimmter Punkt in dem Bild scharf, was noch ein etwas anderer Effekt ergibt. Ich habe fast immer am Nachmittag ohne direkten Sonnenlichteinfall fotografiert. Meine Blendenzahl lag also meistens so bei

F5.6/F5. Das „F“ vor der Blendenzahl steht für die Brennweite (Focal Length) (Ivent, 2017). (Gissemann, 2016)

Mit der Belichtungszeit bestimmt man, wie lange der Kameraverschluss geöffnet ist und das Licht auf den Sensor fallen kann. Sie wird mit Bruchteilen von Sekunden angegeben, zum Beispiel 1/125 oder wie auf meinem Bild 1/6. Wenn man eine kürzere Belichtungszeit wie 1/400 einstellt, kann man auch bewegende Dinge auf dem Bild festhalten wie zum Beispiel das Bestreuen von einem Kuchen mit Puderzucker. Das nennt man auch „einfrieren“. (Gissemann, 2016)

Das Fotografieren dauerte immer unterschiedlich lang. Doch meist etwa 15-30 Minuten, bis ich das Gefühl hatte, dass mindestens ein gutes Bild dabei ist.

### **Die Perspektiven**

Fotos kann man aus verschiedenen Perspektiven zum „Modell“ machen. In der Food-Fotografie unterscheidet man zwischen drei Perspektiven:

Augenhöheperspektive: Die Kamera und das Essen befinden sich auf der gleichen Höhe. Diese Perspektive ist für Sachen geeignet, welche von der Seite besonders schön aussehen wie geschichtete Sandwiches oder Kuchen. Hier wird jedoch ein Hintergrund verwendet, in den man zum Beispiel Farben des Essens wieder aufnehmen kann.

Der Blick von oben (Vogelperspektive): Hier wird das Foto-Modell direkt von oben fotografiert, also so, wie auch ein Vogel die Landschaft von oben sieht. Man kann sich bei dieser Perspektive voll und ganz auf das Essen und den Untergrund konzentrieren, braucht also keinen Hintergrund. Die Anordnung der verschiedenen Sachen ist jedoch nicht ganz so einfach. Foto-Modelle mit einer schönen Form und derselben Höhe eignen sich aber gut dafür.

Der Mittelweg (45 Grad): Diese Perspektive ist eine Mischung aus den zwei anderen Perspektiven (Augenhöheperspektive, Vogelperspektive). Ob es jetzt aber 30 oder 70 Grad zum Foto-Modell sind, spielt nicht so eine Rolle. Die Oberfläche, aber auch ein Teil der Seite des Essens, kann so fotografiert werden. Diese Perspektive ist sehr häufig zu sehen, da dieser Winkel dem Winkel entspricht, von dem der Betrachter am Tisch auf das Essen sieht. Sie ist für fast alle Foto-Modelle geeignet. Jedoch muss man hier auf den Untergrund und den Hintergrund achten. (Gissemann, 2016)

Bei Snacks, welche wirklich gut aussahen, versuchte ich Bilder aus mehreren Perspektiven zu machen oder das Essen mal anders hinzulegen. Denn so konnte ich auf meiner Website auch mehrere Bilder von einem Snack posten, was dem Besucher mehr Auskunft und Eindrücke über den fertigen Snack gibt.

Von den Party-Muffins habe ich zum Beispiel ein Bild aus der Vogel- und eines aus der Augenhöheperspektive gemacht:



*Abbildung 12 Aus Vogelperspektive fotografiert*



*Abbildung 11 Aus Augenhöheperspektive fotografiert*

Doch bei meinen zwei Eissorten konnte ich zuerst keine Kugeln formen, weil das Eis noch etwas zu hart war. Ich wollte aber nicht mehr länger warten, weshalb ich immer nur so Stückchen abbrach.

Doch etwa nach einer Woche beschloss ich, die Eis nochmals zu fotografieren, um vielleicht nachher bessere Bilder zu bekommen. Leider hatten wir schon einiges von beiden Sorten gegessen, weshalb ich fast zu wenig Eis hatte. Trotzdem versuchte ich es. Aber kaum ein richtig gutes Bild ist herausgekommen. Dann liess ich es bleiben. Vor allem das Himbeer-Bananen-Eis ist nicht besonders gut rausgekommen, da es etwas speziell aussah und nicht richtig zur Geltung kam. Darum postete ich von den Eis jeweils nur ein Bild.



Abbildung 13 Himbeer-Bananen-Eis

## Meine Lieblingsbilder

Diese Bilder gefallen mir persönlich am besten:



Abbildung 15 Salzstangen-Karamell-Kuchen



Abbildung 14 Party-Muffins



Abbildung 17 Beeren-Muffins



Abbildung 16 Schoko-Banane am Stiel



Abbildung 19 Mexikanischer Salat



Abbildung 18 Erdbeer-Cashew-Smoothie

## Die Rezepte

### „Fremde“ Rezepte

Am Anfang der Projektarbeit, suchte ich mir etwa 15 Rezepte aus dem Internet raus, welche mir gut gefielen und ich gerne ausprobieren wollte. Fast alle davon habe ich von Pinterest<sup>3</sup>. Nach und nach machte ich meistens an freien Nachmittagen ein oder zwei Rezept davon und schrieb mir auf, was ich ändern würde und ob ich es auch auf meiner Website haben möchte.

Wenn ein Rezept dann schliesslich auf meine Seite kommen sollte, machte ich es noch einmal, um sicher zu gehen, dass es jedes Mal gut rauskommt und ich Bilder davon machen konnte.

---

<sup>3</sup> Soziales Netzwerk mit allerlei Ideen (auch Rezepten) von Websites



## **Eigene Rezepte**

Eigene Rezepte sind solche, welche ich von nirgends abgeschaut habe oder bei denen mir die Idee selbst kam. Eines meiner Ziele war es, sieben Rezepte selbst zu erfinden, jedoch habe ich das leider nicht geschafft und nur drei Rezepte selbst erfunden, welche schlussendlich auch auf die Website kamen.

## **Meine persönlichen Lieblingsrezepte**

Dies sind die Rezepte, die mir persönlich am besten gefallen und ich einfach am coolsten und leckersten finde:

### **Salzstangen-Karamell-Kuchen**



**Zubereitungszeit: 25 Min.**

**Im Backofen: 35-40 Min.**

### Zutaten

- 225 g weiche Butter
- 200 g brauner Zucker
- 80 g Zucker
- 2 grosse Eier
- 1½ TL Vanille-Zucker
- 240 g Mehl
- 1 TL Backpulver
- 1 Prise Salz
- 160 g Chocolate Chips
- 30 g Schokolade zum Schmelzen
- 100 g Karamelltäfelchen
- 35 g Salzstangen

Zusätzlich: Backpapier, Backform 20cm x 25cm

### Zubereitung

1. Backofen auf 175°C vorheizen, Backform mit Backpapier auslegen.
2. Karamelltäfelchen in kleine Würfel schneiden, Salzstangen zerbrechen.
3. Butter und beide Zuckersorten miteinander vermischen. Eier, Vanille-Zucker, Mehl und Salz beifügen und zu einer glatten Masse rühren.
4. Chocolate Chips, Karamelltäfelchen und 25 g der Salzstangen ebenfalls daruntermischen.
5. Teig in die Backform geben, glattstreichen und die restlichen Salzstangen darauf verteilen. In den Backofen stellen.
6. In der Zwischenzeit Schokolade schmelzen. Kuchen etwas abkühlen lassen und die Schokolade darauf verteilen.

## Schoko-Banane am Stiel



**Im Gefrierschrank: 20-30 Min.**

**Zubereitungszeit: 20 Min.**

### Zutaten für 4 Schoko-Bananen

- 2 Bananen
- 80-100 g Schokolade (Vollmilch, Zartbitter o. Weisse)
- Deko zum Bestreuen (Nüsse, Streusel, Kokosraspeln...)

Zusätzlich: 4 Eisstiele

### Zubereitung

1. Bananen schälen, halbieren und 20-30 Min. in den Gefrierschrank legen.
2. Schokolade im heißen Wasserbad oder Mikrowelle schmelzen.
3. Bananen aus dem Gefrierschrank nehmen und in jede einen Stiel stecken. Nach Wunsch komplett oder ganz mit Schokolade überziehen und sofort mit der Deko verzieren.

## Banane-Cashew-Smoothie mit Nutella



**Zubereitungszeit: 5 Min.**

### Zutaten

- 1 grosse Banane
- 150 ml Milch
- 1 EL Nutella
- 10 g Cashewkerne

Zusätzlich: 1 Mixer

### Zubereitung

1. Banane schälen und kleinschneiden
2. Alle Zutaten im Mixer cremig mixen

## Mexikanischer Salat



**Zubereitungszeit: 35-40 Min.**

### Zutaten

- 200 g Rindshackfleisch
- 1 kl. Zwiebel, kleingeschnitten
- 100 ml Wasser
- ½ Päckchen Tacco-Gewürz
- 2 mittlere Tomaten, gewürfelt
- 140 g Dosenmais
- 140 g Indianerbohnen
- 150 g Eisbergsalat, gewaschen und zerkleinert
- 100 g Tortillachips, zerbrochen
- Salatsauce
- Balsamicoessig
- Salatkräuter
- 150 g Baguettebrot

### **Zubereitung**

1. Hackfleisch und Zwiebel in einer Pfanne anbraten. Mit Wasser und Tacco-Gewürz ablöschen. 10 Min. köcheln lassen
2. Hackfleisch etwas abkühlen lassen und mit den restlichen Zutaten in einer grossen Schüssel vermengen. Salatsauce und Balsamico nach Belieben darüber geben
3. Baguette schneiden und dazu servieren

### **Fazit zu meiner Projektarbeit**

Anfangs ging es bei mir nicht so voran und ich war mir noch gar nicht bewusst, wie viel Zeit man eigentlich aufwenden muss, damit ein schöner Foodblog entsteht. Es dauerte lange, bis ich erst genauer wusste, wie ich was genau wollte und ich war noch nicht so motiviert. Als ich mich dann aber mit dem Websitehandling besser auskannte und ich schöne Fotos von meinen Snacks machte, brachte dies Motivation mit sich und meine Projektarbeit wurde strukturierter.

Jedoch stresste mich das Ganze auch sehr, weil ich etwas überfordert war und ich das Gefühl hatte, dass mir die Zeit davonläuft und ich nicht mit allem fertig werde. Ich wusste nicht, wann ich die ganzen Snacks und Bilder noch machen sollte und wollte das Ganze einfach nur noch hinschmeissen. Doch mit Unterstützung von anderen, intensiver Beschäftigung und viel Zeitaufwand, stellte ich meine Projektarbeit doch noch pünktlich fertig.

Mit meinem Produkt bin ich auch ziemlich zufrieden, vor allem mit den Bildern. Zudem habe ich viel über das Fotografieren, über die Handhabung mit einer Spiegelreflexkamera und über Websites gelernt, was man im weiteren Leben auch noch gut gebrauchen kann.

### **Dank**

Ein riesiges Dankeschön geht an Jamie Hänni, der mir eine Website zur Verfügung gestellt hat und den ich bei Fragen oder Problemen immer kontaktieren konnte. Aber auch an meine Mutter, die extra für mich viele Lebensmittel einkaufte und mich bei den Rezepten beriet. Auch meinem Bruder möchte ich danken, da ich seine Kamera und restlichen Materialien immer benutzen durfte und er mir bei Problemen damit half.

## Literaturverzeichnis

- Admin.hostpoint. (2017). Von admin.hostpoint.ch:  
<https://admin.hostpoint.ch/customer/Shop/Buy?domain=1&lang=de&name=snackfull&tld=ch> abgerufen
- Blogprojekt. (2017). Von blogprojekt.de: <http://www.blogprojekt.de/2009/02/25/blog-start/22-wichtige-tipps-fuer-blog-anfaenger/> abgerufen
- Foodwaste. (2017). Von foodwaste.ch: <http://foodwaste.ch/was-ist-food-waste/> abgerufen
- Gesundheit. (2017). Von gesundheit.de:  
<https://www.gesundheit.de/ernaehrung/alternative-ernaehrung/slow-food> abgerufen
- Gissemann, C. (2016). *Food Fotografie*. Heidelberg: dpunkt.verlag.
- Gofeminin. (2017). Von gofeminin.de: <http://www.gofeminin.de/kochen-backen/eis-selber-machen-ohne-eismaschine-s1431203.html> abgerufen
- Gofeminin. (2017). Von gofeminin.de: <http://www.gofeminin.de/kochen-backen/froyo-bites-rezepte-s1803773.html> abgerufen
- Gruenderszene. (2017). Von gruenderszene.de:  
<http://www.gruenderszene.de/lexikon/begriffe/blog> abgerufen
- Ivent. (2017). Von ivent.de: <https://www.ivent.de/F-Blenden> abgerufen
- Justataste. (2017). Von justataste.com: <https://www.justataste.com/pretzel-chocolate-chip-cookie-bars-recipe/?crlt.pid=camp.9ECWk9xDOamq> abgerufen
- Kleineskularium. (2017). Von kleineskularium.de:  
<http://www.kleineskularium.de/2015/12/kaesestangen-fingerfood-fuer-silvester/> abgerufen
- Marthastewart. (2017). Von marthastewart.com:  
<http://www.marthastewart.com/312777/chocolate-covered-bananas> abgerufen
- Momlovesbaking. (2017). Von momlovesbaking.com:  
<http://www.momlovesbaking.com/chocolate-turtle-apple-slices/> abgerufen
- Springlane. (2017). Von springlane.de:  
[https://www.springlane.de/magazin/rezeptideen/der-hingucker-auf-deinem-partybuffet-tomaten-feta-muffins/?utm\\_content=buffer3c4f0&utm\\_medium=social&utm\\_source=pinterest.com&utm\\_campaign=buffer](https://www.springlane.de/magazin/rezeptideen/der-hingucker-auf-deinem-partybuffet-tomaten-feta-muffins/?utm_content=buffer3c4f0&utm_medium=social&utm_source=pinterest.com&utm_campaign=buffer) abgerufen
- Strato. (2017). Von www.strato.de: <https://strato.de/blog/lecker-bloggen-so-startest-du-ein-erfolgreiches-food-blog/> abgerufen
- Viktoriawithk. (2017). Von viktoriawithk.de:  
<http://viktoriawithk.de/2016/11/11/pizzastangen-rezept/> abgerufen
- Wholesomeyum. (2017). Von wholesomeyum.com:  
<https://www.wholesomeyum.com/recipes/crispy-parmesan-zucchini-fries/> abgerufen

## Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1 Entstehung von Food Waste .....	5
Abbildung 2 Aufteilung von Food Waste-Gründen.....	5
Abbildung 3 Das Hauptmenu.....	8
Abbildung 4 Übersicht süsse Snacks .....	8
Abbildung 5 Schnelle Übersicht süsse Snacks.....	9
Abbildung 6 Das eigentliche Rezept.....	9
Abbildung 7 Die Quelle (Link) der Rezepte.....	10
Abbildung 8 Verwendetes Buch.....	10
Abbildung 9 Reflektor .....	11
Abbildung 10 Während dem Fotografieren: Snack (Schoko-Banane am Stiel), Schieferplatte, Hintergrund (schwarzer Stoff), Kamera auf Stativ.....	12
Abbildung 11 Aus Augenhöheperspektive fotografiert.....	14
Abbildung 12 Aus Vogelperspektive fotografiert.....	14
Abbildung 13 Himbeer-Bananen-Eis .....	15
Abbildung 14 Party-Muffins.....	15
Abbildung 15 Salzstangen-Karamell-Kuchen .....	15
Abbildung 16 Schoko-Banane am Stiel .....	16
Abbildung 17 Beeren-Muffins .....	16
Abbildung 18 Erdbeer-Cashew-Smoothie .....	16
Abbildung 19 Mexikanischer Salat.....	16



## Anhang

Datum	Dauer	ausgeführte Arbeiten, Themen, Ergebnisse	Schwierigkeiten, Problemlösungen	weiteres Vorgehen/ zu erledigen
07.11.16	45 Min.	recherchiert, grober Plan erstellt	Keine	recherchieren, Rezepte ausprobieren
14.11.16	45 Min.	recherchiert, Domains geprüft	Keine	recherchieren, Domain suchen, Rezepte suchen
21.11.16	15 Min.	E-Mail an Jamie	Keine	Rezepte ausprobieren, Domain suchen
23.11.16	2h.	Rezepte ausprobiert, momentane Domain festgelegt. Jamie hat Website erstellt.	Gute Domain finden	Rezepte ausprobieren, Tutorials schauen
28.11.16	1h 30 Min.	Recherchiert, Blog kennengelernt	Keine	Blog verändern, Rezepte suchen
05.12.16	1h 30 Min.	Rezepte ausgesucht, aufgeschrieben	Passende, ansprechende Rezepte zu finden	Aufgeschriebene Rezepte ausprobieren
08.12.16	2h	Rezepte ausprobieren	Keine	Website aufräumen
16.12.16	1h 30 Min.	Website aufgeräumt	Übersicht zu behalten	Rezepte ausprobieren
19.12.16	1h 30 Min.	Recherchiert	Keine	Rezepte testen
09.01.17	30 Min.	Buch gelesen	Keine	Rezepte testen
12.01.17	1h 50 Min.	Rezepte ausprobiert	Keine	Rezepte testen
15.01.17	1h 40 Min.	Rezepte ausprobiert	Keine	Rezepte testen
16.01.17	1h	Recherchiert, Rezepte gesucht	Keine	Rezepte testen
23.01.17	2h	Rezepte ausprobiert	Keine	Website aufräumen
30.01.17	1h 30 Min.	Recherchiert, Rezepte gesucht	Keine	Rezepte ausprobieren
06.02.17	45 Min.	Website aufgeräumt	Keine	Rezepte ausprobieren
13.02.17	1h 30 Min.	Buch gelesen	Keine	Das Gelesene umsetzen
20.02.17	50 Min.	Buch gelesen	Keine	Das Gelesene umsetzen

02.03.17	3h	Rezept ausprobiert + Fotos	schöne Fotos zu machen	erstes Rezept auf Website
05.03.17	1h 30 Min.	Bild hochgeladen	Keine	erstes Rezept aufschalten
06.03.17	1h 30 Min.	Rezept aufgeschrieben	Rezept zu verlinken	Rezept fertigen, weitere Fotos machen
08.03.17	1h 30 Min.	Snack gemacht	Keine	Fotos davon machen
09.03.17	3h	Rezept ausprobiert + Fotos	Keine	Rezepte + Fotos auf Website
13.03.17	1h 30 Min.	Website ausgebaut	Die Übersicht zu behalten	Weitere Rezepte hochladen
15.03.17	3h	Rezepte ausprobiert, Snack gemacht + Fotos	Keine	Fotos bearbeiten
16.03.17	1h	Fotos gemacht	Keine	Fotos bearbeiten
18.03.17	2h	Fotos + bearbeitet und hochgeladen	Keine	Rezepte hochladen
19.03.17	4h 30 Min.	Rezepte hochgeladen	Vorwärts zu kommen	Rezepte hochladen
20.03.17	1h 30 Min.	Rezepte hochgeladen, Dokumentation	Keine	Dokumentation schreiben
22.03.17	1h	Dokumentation	Keine	Dokumentation schreiben
24.03.17	1h 10 Min.	Dokumentation	Keine	Dokumentation schreiben
25.03.17	4h	Dokumentation	Keine	Dokumentation schreiben
26.03.17	2h	Rezepte hochgeladen	Keine	Dokumentation schreiben
27.03.17	1h 30 Min.	Rezepte hochgeladen, Dokumentation	Keine	Dokumentation, weitere Rezepte
29.03.17	2h 30 Min.	Snacks gemacht + Bilder	Keine	Dokumentation, weitere Rezepte
30.03.17	2h	Dokumentation	Keine	Dokumentation

## Snackingtime

---

01.04.17	4h	Dokumentation, Snacks gemacht + Bilder	Keine	Dokumentation
02.04.17	2h 30 Min.	Rezepte hochbeladen, Snack gemacht + Bilder	Keine	Dokumentation
03.04.17	1h 30 Min.	Rezepte hochgeladen	Keine	Dokumentation
04.04.17	1h 30 Min.	Dokumentation	Keine	Dokumentation
05.04.17	2h 15 Min.	Rezepte hochgeladen, Rezept ausprobiert + Bilder	Keine	Dokumentation
07.04.17	30 Min.	Rezepte hochgeladen	Keine	Dokumentation
08.04.17	1h	Dokumentation	Keine	Dokumentation
09.04.17	30 Min.	Website ergänzt	Keine	Dokumentation fertigstellen
10.04.17	1h 30 Min.	Dokumentation	Keine	Dokumentation fertigstellen
11.04.17	30 Min.	Dokumentation	Keine	Dokumentation fertigstellen

<b>Total Stunden</b>	<b>77</b>
----------------------	-----------