

Das

UMSETZUNGSHANDBUCH

zum Bildungsprojekt



Modul 1

IMPULS-WORKSHOP

Eine Initiative von

FIELDS
Corporate Responsibility

gefördert durch

DBU
Deutsche
Bundesstiftung Umwelt

**MEHR
WISSEN!
MEHR TUN!**


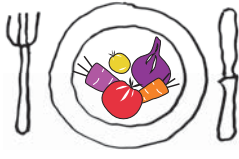





Nachhaltigkeit lernen



Weltdakade der
Verreinten Nationen
2009-2019
Bildung für
nachhaltige
Entwicklung
UNESCO

Ausgezeichnet als
offizielle Maßnahme
der Weltdakade
Nationaler Aktionsplan

Übersicht über die Projektmodule

Projektmodul	Was passiert?
<p>Vorbereitung im Hort</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ► Eine Person wird benannt, die für die Koordination und Umsetzung des Projekts verantwortlich ist ► Das Vorhaben wird den Kindern vorgestellt ► Motivierte Kinder bekunden ihr Interesse an einer Mitarbeit ► Zusammenstellung einer Gruppe von ca. 15 Kindern ► Eltern werden informiert ► Lernorte und lokale Partner werden gesucht
<p>Impulsworkshop</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ► Handlungsorientierter Einstieg in das Thema „Alte Kulturpflanzen und seltene Nutztierassen“ mit Mitmachaktionen und einer ersten Kochaktion
<p>Kochaktion</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ► Die Kinder kochen ein Gericht aus alten Sorten und lernen dabei mehr über die Verarbeitung von Lebensmitteln und den Umgang mit Küchenwerkzeugen
<p>Gemüse-/Kräuterbeet</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ► Die Kinder lernen vielfältige, kreative Möglichkeiten der Bepflanzung (z. B. Anzucht von Setzlingen in Tetrapaks) ► Die Kinder legen ein Gemüse- und/oder Kräuterbeet an, pflegen es kontinuierlich und führen ein Pflanzentagebuch ► Sie beschäftigen sich mit den verschiedenen Phasen der Gartenarbeit (Anpflanzung, Pflege, Ernte) ► Ein Erntefest bildet den feierlichen Abschluss
<p>Besuch von Lernorten</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ► Mögliche Lernorte (abhängig von den lokalen Gegebenheiten) ► Besuch eines Bioproduzenten ► Besuch eines Bioladens ► Besuch einer Restaurantküche ► Durchführung handlungsorientierter Aktivitäten vor Ort nach vorheriger Absprache ► Vertiefung der spezifischen Themen durch Vor- und Nachbereitung
<p>Marktstand</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ► Die Kinder gestalten einen Marktstand, an dem sie eigene Produkte präsentieren und einen Verkostungsparcours durchführen ► Geeignet sind Wochenmärkte oder Veranstaltungen im Umfeld (z. B. Schul-, Familien- oder Stadtteilstände) oder auch ein Stand auf dem Hof bzw. im Eingangsbereich der Einrichtung
<p>Kinder kochen mit den Eltern</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ► Kleiner Koch-Workshop für die Eltern der teilnehmenden Kinder ► Eltern kochen unter der Anleitung der Kinder ► Gemeinsames Essen an einem schön gedeckten Tisch



IMPULSWORKSHOP – DER STARTSCHUSS!



A. Worum geht es?

Das erste Projektmodul und somit der Startschuss für „Essen statt vergessen“ ist der Impulsworkshop. In diesem Workshop werden die Kinder durch verschiedene Aktivitäten in das Thema „Biodiversität, alte Kulturpflanzen und seltene Nutztierassen“ eingeführt und der erste Kontakt zu alten Sorten wird hergestellt.

Der Workshop ist praktisch, handlungsorientiert und sehr niedrigschwellig angelegt, so dass die komplexen Themen Biodiversität und „Alte Sorten“ kindgerecht vermittelt werden. Die Kinder werden so für das Thema interessiert und erhalten erste Impulse.

Ein spielerischer Einstieg führt die Kinder an die Vielfalt von Gemüse oder Obst heran. Sie lernen alte Sorten kennen – das unterschiedliche Aussehen und die unterschiedlichen Geschmäcker – und sie tauschen ihre Erfahrungen und ihre Kenntnisse über Obst und Gemüse mit der Gruppe aus.

Bei einer ersten kleinen Kochaktion verknüpfen die Kinder ihr Wissen mit aktivem Handeln. Sie probieren einfache Zubereitungstechniken aus, lernen Gemüse klein zu schneiden und probieren den Umgang mit unterschiedlichem Küchenwerkzeug (große und kleine Messer, Wiegemesser, Kräuterschere). Die praktische Arbeit mit den Lebensmitteln erweitert ihr Bewusstsein für die Vielfalt an Sorten, schärft ihren Geschmackssinn und sensibilisiert ihre Sinneswahrnehmung.

Welche Sorten im Impulsworkshop verwendet werden, ist von dem saisonalen und regionalen Angebot abhängig. Die Nutzung saisonaler Produkte hat den Vorteil, dass die Kinder mit den Erntezeiten von Obst und Gemüse vertraut werden und lernen, dass nicht jedes Obst und Gemüse jederzeit verfügbar ist. Wenn die Lebensmittel doch in den Regalen zu kaufen sind, so sind sie von weit her eingeführt. Und auch für die Geschmackstests sind saisonale Produkte die bessere Wahl, da sie zumeist geschmacksintensiver sind. Wir haben uns in der Projektumsetzung für Tomaten und Kräuter entschieden.





Folgende Fragen können Ihnen bei der Auswahl der Sorten eine Entscheidungshilfe sein:

- ▶ Ist die Sorte alt, bzw. zeigt sie den Kindern die biologische Vielfalt?
- ▶ Ist die Sorte erhältlich und hat sie gerade Saison?
- ▶ Können die Kinder die Sorte (roh) probieren?
- ▶ Kann aus der Sorte ein Snack oder einfaches Gericht von den Kindern zubereitet werden?
- ▶ Lässt sich die Sorte einfach schneiden oder ist sie eventuell zu hart?



B. Beispielhafter Ablauf des Moduls

mit Tomaten und Kräutern

1. Begrüßung und Kennenlernen
2. Einstieg Projektvorstellung
3. Warm-up „Gemüsesalat“
4. Arbeitsblatt: „Welche Gemüsesorten kennst du?“
5. Das Projekttagebuch
6. Kleine Kochaktion
7. Pause
8. Verkostung
9. Abschlussrunde



Anleitungen: Aktionen im Detail

1. Begrüßung und Kennenlernen

Kennenlernen der Gruppe

Je nachdem, wie sich die Gruppe zusammensetzt, kann die Vorstellungsrunde länger oder kürzer gestaltet werden. Die unten beschriebenen Einstiegselemente sind sehr gut geeignet, dass sich die Gruppe gegenseitig genauer wahrnimmt.

Namensrunde: Jeder nennt seinen Namen und dazu eine Obst- oder Gemüsesorte, die mit dem gleichen Buchstaben beginnt, wie der eigene Vorname (z. B. Anna - Apfel). Fällt einem Kind keine passende Obst- oder Gemüsesorte ein, können die anderen dabei helfen, eine zu finden. Mit diesem Einstieg wird bereits ein erster Kontakt zu Obst- und Gemüsesorten hergestellt und das Vorwissen der Kinder einbezogen.

Soziometrie: Die Kinder reihen sich nach verschiedenen Angaben im Raum auf, zum Beispiel nach Alter oder alphabetisch nach ihren Vornamen. Der Pädagoge gibt vor, wo die Reihe beginnt (A bzw. das jüngste Kind). Weitere Fragen können gestellt werden, während die Kinder am Kreis stehen oder sitzen. Diejenigen, die die jeweilige Frage mit ja beantworten, gehen in die Mitte des Kreises.



Mögliche Fragen:

- Wer isst gerne Gemüse/Obst?
- Wer isst häufiger als sechs Mal in der Woche Gemüse?
- Wer mag Tomaten?
- Wer hat schon mal rote Bete gesehen? ... und gelbe?
- Wer hat schon mal allein etwas gekocht?
- Wer hat schon mal etwas gepflanzt?

Ausgehend von den Antworten ist es möglich, mit den Kindern ins Gespräch zu kommen. Kinder haben erfahrungsgemäß ein großes Mitteilungsbedürfnis. Eine gute Gelegenheit, Themen aufzugreifen, nachzufragen und die Kompetenzen sowie das Wissen der Kinder mit einzubeziehen. Das entspricht einem kompetenzorientierten pädagogischen Vorgehen.

2. Einstieg Projektvorstellung

Material: unterschiedliche Gemüsesorten (eine Mischung aus bekannten und unbekannten Sorten)

Den Kindern wird jetzt das Projekt mit seinen Themen und Bestandteilen vorgestellt. Ein guter Einstieg ist die Frage, was sie glauben, was sich hinter dem Projekttitel „Essen statt vergessen“ verbirgt. Auch kann gefragt werden, ob sie eine Idee haben, was in dieser Projektgruppe gemacht wird.

Mögliche Fragen:

Was bedeutet „Essen statt vergessen“? Was soll lieber gegessen statt vergessen werden? Was machen wir hier in der Gruppe? Was machen wir heute?

Dann werden nach und nach die verschiedenen Gemüsesorten aus dem Gemüsekorb gezeigt und gefragt, wer sie kennt und wie sie heißen. Die Reaktionen verdeutlichen, was die Kinder bereits kennen und was nicht. Hier ist Platz für Raten, Erinnern, Überlegen und Informieren.



Tipp! Die gängigen Gemüse sind bei den Kindern meistens bekannt und können benannt werden. Schwierig sind häufig Kohlsorten und verschiedene Arten von Rüben. Es sollten nicht zu viele unbekannte Sorten vorgestellt werden, damit die Kinder gerade beim ersten Projekttermin nicht überfordert werden.



Variation: Um das Thema „Unterschiede zwischen Obst und Gemüse“ aufzubringen, kann unter das Gemüse im Korb auch Obst geschmuggelt werden.



Tipp! Wenn eine Gemüsesorte bei den Kindern nicht bekannt ist, kann sie zum Probieren angeboten werden. So kann Name und Aussehen der Sorte direkt mit dem Geschmack verbunden werden.





2. Warm-up „Gemüsesalat“

Handouts

► Anleitung Gemüsesalat (SP1)

Ein spielerisches Aufgreifen verschiedener Gemüsesorten erfolgt durch das Spiel „Gemüsesalat“. Die Kinder werden danach gefragt, welche Gemüsesorten in einen Gemüsesalat hineinkommen sollen. Die ersten drei oder vier genannten Sorten werden für das Spiel verwendet. Der Reihe nach wird jedes Kind einem Gemüse zugeordnet. Wichtig ist es, sicherzustellen, dass sich jeder „seine“ Gemüsesorte gemerkt hat.

1. Ein Kind stellt sich nun in die Mitte des Kreises, sein Stuhl wird beiseite gerückt.
2. Das Kind in der Mitte ruft nun eine der ausgewählten Gemüsesorten auf. Alle Kinder, die diese Gemüsesorte repräsentieren, tauschen ihren Platz.
3. Aufgabe des Kindes, das in der Mitte steht, ist es, einen freien Platz für sich zu finden.
4. Wer am Ende keinen Stuhl besetzen konnte, bleibt in der Kreismitte stehen und ruft nun wiederum eine Gemüsesorte auf.
5. Anstelle einer Gemüsesorte kann auch „Gemüsesalat“ oder „Wildes Gemüse“ gerufen werden. Nun wechseln alle Kinder ihren Platz.

Das Spiel kann auch als „Obstsalat“ gespielt werden.



4. Arbeitsblatt „Welche Gemüsesorten kennst du?“

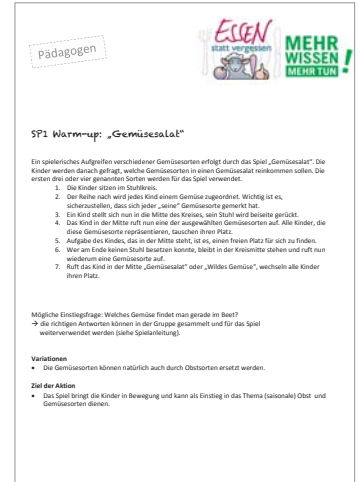
Handouts

► Gemüsesorten Abfrage (AB1)

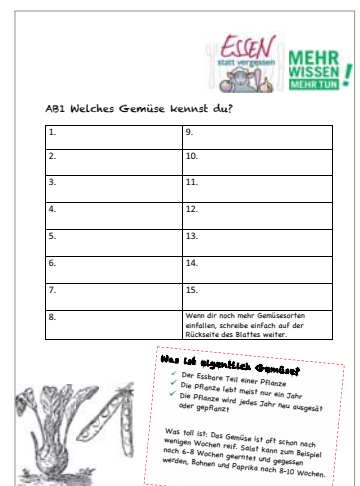
Die Kinder bilden Teams und interviewen sich anhand der Arbeitsvorlage gegenseitig. Es geht darum, alle Gemüsesorten aufzuschreiben, die den Kindern einfallen. In den Teams regen sich die Kinder gegenseitig an, sich an weitere Gemüsesorten zu erinnern. Über den Austausch lernen sie auch neue Gemüsesorten kennen.

Es zeigt sich häufig, dass einige Kinder zunächst sehr wenige Gemüsesorten benennen können. Es ist unterstützend, sie danach zu fragen, was sie in den letzten Tagen gegessen haben oder was ihre Lieblingsgerichte sind. Auch sind sich Kinder oft nicht sicher, ob etwas Obst, Gemüse oder auch ein Kraut ist. Jüngere Kinder benötigen Unterstützung bei der richtigen Schreibweise der Wörter.

Sind die Arbeitsblätter bearbeitet, sitzen alle im Stuhlkreis zusammen und besprechen die Ergebnisse. Hier ist Raum, um die Ergebnisse der Kinder zu würdigen, Fragen der Kinder zu beantworten und Wissen zu vermitteln.



SP Spielblatt 1



AB Arbeitsblatt 1



IMPULSWORKSHOP – DER STARTSCHUSS!



Mögliche Fragen:

Wie viele Gemüsesorten habt ihr gefunden? Welche kennt ihr? Wer hat noch etwas, das noch nicht genannt wurde? Wer hat das schon gegessen?



Tipp! Die Gemüsesorten können auch gemalt werden, wenn es mit dem Schreiben noch nicht so klappt.



Tipp! Sofern das nicht schon besprochen wurde, kann danach gefragt werden, wer den Unterschied zwischen Obst und Gemüse kennt. Die Kinder erhalten für Ihre Projektmappen ein Infoblatt dazu (IB1).



Variation: Ist die Abgrenzung sehr schwierig, kann auch eine Tabelle für Obst und Gemüse erstellt werden. Außerdem kann das Arbeitsblatt Obstsorten Abfrage (AB2) genutzt werden.



5. Projekttagbuch

Material

- ☐ Schnellhefter für Projektmappe
- ☐ Buntstifte, Wachsmalstifte

Handouts

- ▶ Deckblatt Projektmappe (AB25)
- ▶ Projektmappe Beschreibung (IB31)
- ▶ Ausgehändigte Handouts zum Einheften: Gemüsesorten Abfrage (AB1) und Infoblatt Obst- und Gemüsesorten (IB1)

Den Kindern wird das Projekttagbuch erklärt, das sie in dem Projekt führen werden. Jeder erhält einen Schnellhefter, in den nach und nach die Arbeitsblätter aus den Modulen eingeklebt werden. In diesem Modul gestalten sie sich das Deckblatt für die Mappe (Vorlage im Anhang).



6. Kleine Kochaktion

Jetzt geht's ans Selbermachen! Den Kindern wird erklärt, was in der nächsten Projektphase zubereitet werden soll. Sie entscheiden sich, in welcher der Gruppen sie mitarbeiten möchten und gehen an die entsprechenden Tische: den Kräuter-Tisch und den Tomaten-Tisch. Die Tische sind bereits mit allen erforderlichen Materialien vorbereitet und die jeweiligen Arbeitsschritte sind in einem Aufsteller (TB2, TB3) beschrieben.

AB2 Welches Obst kennst du?

1.	9.
2.	10.
3.	11.
4.	12.
5.	13.
6.	14.
7.	15.
8.	Klebe dir noch mehr Obstsorten einfallen, schreibe einfach auf der Rückseite des Blattes weiter.

AB Arbeitsblatt 2

AB25

MEHR WISSEN! MEHR TUN!

ESSEN
statt vergessen

Projektmappe von _____

AB Arbeitsblatt 25





Zunächst werden an beiden Stationen die „goldenen Küchenregeln“ besprochen: Was ist alles beim Umgang mit Lebensmitteln und beim Kochen zu beachten? Hier geht es um Grundsätzliches beim Kontakt mit frischen Lebensmitteln, um Grundregeln zur Hygiene und um den Umgang mit Schnittwerkzeugen. Kurze prägnante Erinnerungs- und Merksätze helfen dabei, den Kindern zentrale Aussagen zu verdeutlichen. Die Vertiefung dieser Regeln erfolgt im Kochmodul. Anregungen für kleine Küchenregeln gibt es auf dem Arbeitsblatt „Goldene Küchenregeln“ (AB10).



6a. Der Kräuter-Tisch

Material:

- ☐ Zutaten für Kräuterquark (Quark, Joghurt, Milch, Zitrone, Öl, Salz, Pfeffer, Kräuter), evtl. Brot
- ☐ Brettchen, verschiedene Messer (mit Behälter), Löffel, kleine Schüsseln
- ☐ Gefäße/Dosen, falls Essen übrig bleibt
- ☐ Pflaster (für Notfälle)
- ☐ Küchenrolle oder Servietten, Mülltüte, Eimer und Lappen

Handouts

- ▶ Rezept Kräuterquark (RB1)
- ▶ Evtl. Tischaufsteller mit Rezept (TB2), Beschreibung (TB1)

Am „Kräuter-Tisch“ beschäftigen sich die Kinder mit den verschiedenen Kräutersorten. Welche Kräuter gibt es? Wie riechen und schmecken sie und wie kann ich sie nutzen?

Nachdem die Kräuter erforscht sind, entscheiden die Kinder gemeinsam, welche Kräuter sie in den Quark rühren, den sie jetzt zubereiten werden. Es kann mehrere „Quark-Zubereitungsgruppen“ geben, die unterschiedliche Kräuter nutzen. Das erhöht die Sensibilisierung der Geschmäcker. Das Vorgehen wird entlang der Arbeitsanleitung kurz besprochen und dann beginnen die Kinder mit der Zubereitung des Quarks. Je mehr die Kinder selber machen und entscheiden dürfen, desto besser wird ihnen der Quark schmecken :-)

Aktivitäten am Kräutertisch:

- Hände waschen
- Verschiedene Kräuter ansehen, riechen, schmecken und benennen
- Besprechen, was Kräuter sind, im Unterschied zu Gemüse
- Küchenregeln und den Umgang mit Schnittwerkzeugen besprechen
- Rezept besprechen und entscheiden, welche Kräuter genutzt werden
- Kräuter zerkleinern, verschiedene „Werkzeuge“ ausprobieren
- Kräuterquark herstellen
- Arbeitsplatz säubern
- Verkostung (z. B. mit kleinen Brotstückchen oder Löffeln) planen, vorbereiten und anrichten





Tipp! 3-4 Kräutersorten reichen aus. Zu viele (unbekannte) Kräuter überfordern die Kinder schnell. Bei Tomatensorten ist das anders, da können ruhig mehr Sorten genommen werden.



Was sind Kräuter?

- ▶ Es gibt keine botanische Definition für Kräuter
- ▶ Der Übergang zum Gewürz und Gemüse ist fließend
- ▶ Kräuter enthalten ätherische Öle, die ihnen ihren Duft verleihen
- ▶ Kräuter werden über ihren Nutzen definiert
 - Heilpflanzen (und Giftpflanzen) als Grundlage für Arzneimittel
 - Küchen- oder Gewürzkräuter
- ▶ Küchenkräuter
 - Pflanzliches Lebensmittel zur Verbesserung des Geschmacks des Essens oder zur besseren Bekömmlichkeit
 - Verwendung von Blättern und Blüten
 - frisch oder getrocknet als Gewürz

Siehe auch: Infoblatt Kräuter (IB26) für Pädagogen



6b. Der Tomaten-Tisch

Material:

- ☐ Tomaten (verschiedene Sorten)
- ☐ Brettchen, verschiedene Messer, Schüsseln
- ☐ Stifte
- ☐ Pflaster (für Notfälle)
- ☐ Küchenrolle oder Servietten, Mülltüte, Eimer und Lappen
- ☐ Gefäße/Dosen, falls Essen übrig bleibt

Handouts

- ▶ Tomaten-Geschmackstest (AB3)
- ▶ Evtl. Tischaufsteller mit Tomaten-Geschmackstest (TB3), Beschreibung (TB1)

Auch beim Tomaten-Tisch sollen sich die Kinder mit verschiedenen Tomatensorten beschäftigen und ihre Vielfalt sowie die Unterschiedlichkeit kennenlernen. Wie unterscheiden sich die Tomaten in Aussehen, Geschmack, Geruch und Textur? Die Kinder erkunden die Unterschiedlichkeit der Tomaten und stellen fest, dass Tomaten eben nicht immer rot und rund sind. Die Geschmackssinne können auch kleine geschmackliche Unterschiede erkennen. Jede Sorte besitzt unterschiedliche Eigenschaften, süß oder säuerlich, saftig oder fest. Diese Unterschiede gilt es herauszuschmecken und in Worte zu fassen. Auch beim Schneiden der Tomaten in kleine Probierstückchen werden die Kinder schnell die Unterschiede in der Beschaffenheit der Frucht feststellen.





Aktivitäten am Tomaten-Tisch

- ▶ Hände waschen
- ▶ Einstieg in ein Gespräch: Wer mag Tomaten, wer nicht, welche Tomaten sind bekannt, was kann damit gekocht werden?
- ▶ Küchenregeln und den Umgang mit Schnittwerkzeugen besprechen
- ▶ Nach und nach die unterschiedlichen Tomatensorten probieren: Kinder zerschneiden die Tomaten in kleine Probierstücke, dann wird verkostet
- ▶ Geschmack beschreiben (süßlich, bitter, säuerlich, saftig, wässrig, intensiv, fest etc.) und Lieblingssorte finden
- ▶ Arbeitsblatt „Tomaten-Geschmackstest“ ausfüllen (AB2), am besten an einem separaten Tisch
- ▶ Säubern des Arbeitsplatzes
- ▶ Verkostung für die andere Gruppe planen (Zahnstocher als Gabeln), vorbereiten und anrichten. Die Kinder entscheiden, ob die Tomatensorten nacheinander verkostet werden oder ob jedes Kind selbst entscheidet, welche Sorte es probieren möchte.



Tipp! Werden die Sorten der Reihe nach probiert, ist das Vergleichen der Sorten in der Gruppe einfacher.



Tipp! Verschiedene Messer ausprobieren lassen, so dass die Kinder ein Gefühl für den Einsatz der Messer erhalten und die Unterschiede kennenlernen. (Für Tomaten eignen sich am besten Messer mit einer gezackten Klinge. Mit dieser kann die Tomatenhaut ohne Druck „zersägt“ werden. Am Kräuter-Tisch kann neben normalen Schneidemessern auch eine Kräuterschere für Schnittlauch oder ein Wiegemesser ausprobiert werden. Dieses eignet sich gut, denn die Kinder haben beide Hände an den Griffen und die Gefahr sich zu schneiden ist geringer.



Tipp! Als Anregung, mit Tomaten Gerichte herzustellen, kann den Kindern das Rezeptblatt zu Tomaten (RB2) ausgeteilt werden.



Variation: Wahlweise zum Tomaten-Geschmackstest gibt es das Handout auch für Äpfel (AB4) und Möhren (AB5)!



Rot wie 'ne Tomate!?

- ▶ Tomaten kommen ursprünglich aus Südamerika, angeblich hat sie Kolumbus 1498 nach Europa gebracht.
- ▶ In Deutschland wurde die Tomatenpflanze erst Ende des 19. Jahrhunderts gewerblich angebaut.
- ▶ Zu dieser Zeit wurde die Tomate in Europa als Lebensmittel bekannt. Vorher galt sie als Zierpflanze, manchmal auch als Heilpflanze.
- ▶ Weltweit sind rund 10.000 Tomatensorten bekannt.

ESSEN statt vergessen MEHR WISSEN! MEHR TUN!

AB2, S.1 Tomatenvielfalt – der Geschmackstest!

Wie schmeckt die...

braune Tomate	
kleine orangefarbene Tomate	
kleine gelbe Tomate	
große rote Tomate	
kleine rote Tomate	
große behaarte Tomate	

AB Arbeitsblatt 3

ESSEN statt vergessen MEHR WISSEN! MEHR TUN!

RB2 Rezepte mit Tomaten

Tomate-Mozzarella mit Basilikum

1. Wasche die Tomaten und die Basilikumblätter.
2. Schneide die Tomaten in Scheiben.
3. Lasse den Mozzarella abtropfen und schneide ihn in dünne Scheiben.
4. Verteile die Tomatenscheiben auf einem Teller und lege auf jede Scheibe ein Stück Mozzarella.
5. Würze mit Salz und Pfeffer und bestreue die Scheiben mit etwas Olivenöl und Parmesan.
6. Zerhacke die Basilikumblätter und streue sie auf den Tomatensalat.

Bruschetta

1. Wasche die Tomaten, schneide sie in kleine Stücke und fülle sie in eine Schüssel.
2. Vermische die Tomaten mit 1 TL Olivenöl und 1 TL Balsamico.
3. Presse eine Knoblauchzahn und gebe sie zu den Tomaten.
4. Wasche die Basilikumblätter und hacke sie in kleine, feine Stücke. Streue das Basilikum in die Tomaten.
5. Schneide das Brotpilz vorab in Scheiben und bestreue sie mit etwas Olivenöl.
6. Backe die Brotscheiben bei 180°C für ca. 5 Minuten, bis die Scheiben eine goldgelbe Farbe bekommen.
7. Verteile den kalten Tomatensalat auf die Brotscheiben.

RB Rezeptblatt 2





- ▶ Der Anbau von Tomaten benötigt nicht viel Platz. Sie können im März auf der Fensterbank vorgezogen werden und nach den Eisheiligen, Ende Mai, in Kübeln oder sogar auf Balkonkästen ausgepflanzt werden. Sie benötigen einen sonnigen, wind- und regengeschützten Platz.
- ▶ Im Supermarkt werden allmählich mehr verschiedene Tomatensorten angeboten. Meistens handelt es sich dabei nicht um alte Sorten. Weitere Informationen dazu gibt es in Kapitel IV.

Beispiele alter Tomatensorten

- ▶ **Großfruchtige Allerfrühste:** alte deutsche Stabtomate (Erfurter Züchtung), große rote Früchte, fleischig, mehliges Geschmack
- ▶ **Red Cap:** alte deutsche Buschtomate, mittelgroße rote Früchte
- ▶ **Riesentraube:** alte deutsche Stabtomate aus den 1920er Jahren, tennisballgroße rote Früchte in reichen Trauben
- ▶ **Goldene Königin:** alte deutsche Liebhabersorte, gelbfruchtige Stabtomate.

Siehe auch: Infoblatt Tomaten (IB29) für Pädagogen



7. Verkostung

Material:

- ☐ Vorbereitete Probierhäppchen
- ☐ Kleine Löffel, Gabeln oder Zahnstocher
- ☐ Servietten, evtl. kleine Teller

Die „Tomaten-Gruppe“ stellt der anderen Gruppe vor, was sie gemacht hat. Nachdem alles erklärt ist, probiert die andere Gruppe die Tomatensorten. Die Kinder tauschen sich über den Geschmack der verschiedenen Tomatensorten aus und jeder findet seine Liebessorte.

Anschließend stellt die „Kräuter-Gruppe“ vor, was sie an ihrem Tisch gemacht hat und wie der Quark zubereitet wurde. Danach werden die verschiedenen Quarksorten probiert und die Kinder versuchen, die Kräuter zu erkennen, die untergemischt wurden. Gerne können dazu auch die Kräuter einzeln probiert werden.





C. Weitere Ideen

Verkostung

Wenn die Zeit es zulässt, bereiten die Kinder die Verkostung für die jeweils andere Gruppe selbst vor. Dazu stellen sie Probierteller, Besteck etc. auf. Zusätzlich bereiten sie kleine Schilder mit den Tomatensorten, bzw. den Quarkkreationen vor. Reicht die Zeit dazu nicht aus, kann die Verkostung auch von einem Erwachsenen vorbereitet werden. Für die Kinder ist es eine große Überraschung, wenn aus ihren „Produkten“ ohne ihr Wissen ein tolles Büffet entsteht. Das macht sie stolz, denn es ist das Ergebnis ihrer Arbeit!

Kräuterkunde

Eine gute Anschlussmöglichkeit an dieses Modul ist es, mit den Kindern in der näheren Umgebung auf die Suche nach Kräutern und essbaren Pflanzen zu gehen, diese zu pflücken und zu verwerten. So lernen die Kinder, welche Pflanzen in ihrer Umgebung wachsen und als Nahrung dienen können. Hieran lassen sich auch komplexere Themenzusammenhänge wie etwa „Alte Sorten und Regionalität“ oder „biologische Vielfalt in der Natur und im Handel“ gut und kindgerecht anknüpfen.

Sofern bereits ein Kräutergarten im Hort vorhanden ist, kann dieser genutzt werden. Je nach Sorte und Jahreszeit lassen sich Kräuterpflanzen einpflanzen – es können auch die abgeernteten Kräutertöpfe der Arbeitstische dafür verwendet werden. Diese können dann von den Kindern gepflegt und weiter genutzt werden.

Buttons gestalten

Wenn im Hort eine Buttonmaschine vorhanden ist, ist es ein toller Einstieg mit den Kindern Namensbuttons zu gestalten und zu stanzen (Vorlagen AB26). Aber auch wenn keine Buttonmaschine da ist, lassen sich die Buttons mit Pappe, Stecknadeln und Heißklebepistole basteln.

Weitere Arbeitsblätter

- ▶ Kräuterdetektive (AB6): Rätsel zum Kräuter erkennen
- ▶ Auf Spurensuche (AB7): Interview zu alten Sorten und Rezepten
- ▶ Rezeptvorlage (AB14): Zum selbst Ausfüllen
- ▶ Hosentaschenbuch „Kräuterquark“ (AB24 S.1-2): Heft mit Kräuterquark-Rezept basteln

Und noch mehr Ideen gibt es im Anhang im Kapitel „Weitere Arbeitsmaterialien, Spiele und Anregungen“!



AB Arbeitsblatt 26



D. Checkliste

Vorbereitungen

- ☐ Einkauf
 - unterschiedliches Gemüse für den Gemüsekorb (Mischung zwischen bekannten und unbekannten Sorten)
 - Zutaten für Kräuterquark (Quark, Joghurt, Milch, Zitrone, Öl, Salz, Pfeffer, Kräuter)
 - Tomaten (verschiedene Sorten)
 - Brot
- ☐ Raum (Stuhlkreis, Arbeitsplätze, Tische) vorbereiten
- ☐ Evtl. Tischaufsteller vorbereiten

Handouts

- ▶ Projektmappen (AB25 und IB31)
- ▶ Gemüsesorten Abfrage (AB1)
- ▶ Tomaten-Geschmackstest (AB3)
- ▶ Rezept Kräuterquark (RB1)
- ▶ Evtl. weitere Handouts: Obstsorten Abfrage (AB2), Rezeptvorlage (AB14), Kräuterdetektive (AB6), Auf Spurensuche (AB7), Hintergrund Obst und Gemüse (IB1), Hosentaschenbuch (AB24), Infoblatt Kräuter (IB26), Infoblatt Tomate (IB29), Tischaufsteller (TB1-TB3)

Sonstige Materialien

- ☐ Schnellhefter für die Projektmappen
- ☐ Utensilien für erste kleine Kochübungen (Brettchen, Tomatenmesser, Messer mit glatter Schneide, Wiegemesser, Küchenscheren, Brotmesser, Schüsseln, Löffel)
- ☐ Küchenrolle oder Servietten
- ☐ Pflaster (für Notfälle)
- ☐ Bastelmaterial (Papier, Stifte, Bürolocher)
- ☐ Gefäße/Dosen, falls Essen übrig bleibt oder die Kinder etwas mit nach Hause nehmen möchten
- ☐ Mülltüten, Eimer und Lappen

Raumsetting

- ☐ Stuhlkreis
- ☐ „Tomaten-Tisch“, der mit den Tomaten und Küchenutensilien gedeckt ist
- ☐ „Kräuter-Tisch“, der mit den Kräutern, Zutaten für den Quark und Küchenutensilien gedeckt ist
- ☐ Maltisch
- ☐ Spülmöglichkeit