

Das  
**UMSETZUNGSHANDBUCH**  
zum Bildungsprojekt



---

Eine Initiative von

**FIELDS**

Corporate Responsibility

gefördert durch



Deutsche  
Bundesstiftung Umwelt

**MEHR  
WISSEN !  
MEHR TUN !**







## Inhaltsverzeichnis

### I. „ESSEN STATT VERGESSEN“

- a. Entstehung des Projekts
- b. Projektidee und Ziele
- c. Ganz kurz: Was sind alte Sorten, und warum ist biologische Vielfalt wichtig?
- d. Pädagogische Haltung - Handlungsorientiertes Lernen
- e. Zielgruppe

### II. ARBEITEN MIT DEM HANDBUCH

- a. So kann das Handbuch genutzt werden
- b. Die ersten Projektschritte
- c. Kommunikation

### III. DIE PROJEKTMODULE IM DETAIL

- a. Übersicht über die Module
- b. Arbeiten mit den Modulen
- c. Impulsworkshop - Der Startschuss!
- d. Kreatives Gärtnern - Das eigene Beet
- e. Willkommen beim Koch-Aktionstag!
- f. Besuch in „Anderswo“ - Außerschulische Lernorte
- g. Jetzt geht's in die Produktion - Unser eigener Marktstand!
- h. Kochen mit den Eltern - Die Kinder übernehmen!

### IV. HINTERGRUND: BIOLOGISCHE VIELFALT UND ALTE SORTEN - WORUM GEHT'S?

### V. KONTAKTE UND ADRESSEN

### VI. SAISON-KALENDER

### VII. KOPIERVORLAGEN

Eine Initiative von

**FIELDS**  
Corporate Responsibility

gefördert durch

**DBU**  
Deutsche  
Bundesstiftung Umwelt

**MEHR  
WISSEN  
MEHR TUN !**

**Nachhaltigkeit lernen**  
Merkmal der  
Nationalen Akademie  
der Bildung für  
nachhaltige  
Entwicklung  
**INESCO**  
Ausgezeichnet als  
offizielle Maßnahme  
der Weltkarte  
Nationaler Aktionsplan



## „ESSEN STATT VERGESSEN“

### Entstehung des Projekts

Dieses Handbuch bietet interessierten Pädagogen einen Projektleitfaden und Anregungen, um die Themen biologische Vielfalt, alte Sorten, gesunde Ernährung und Nachhaltigkeit in der eigenen Bildungsarbeit aufzugreifen und Kindern näher zu bringen. Grundlage dazu bildet das Projekt „Essen statt vergessen“, das die Bildungsagentur Fields entwickelt hat. In diesem Projekt beschäftigen sich Kinder auf handlungsorientierte Weise mit alten Obst- und Gemüsesorten. Die sechs Projektmodule umfassen das Anpflanzen und Pflegen sowie die Verarbeitung von Obst- und Gemüsesorten. So lernen die Kinder die Vielfalt heimischer Sorten kennen und entwickeln gleichzeitig ihre Alltagskompetenzen weiter, denn sie erweitern ihre Fähigkeiten, kleine Gerichte zu kochen ebenso wie ihre gärtnerischen Fähigkeiten.

Durch die Förderung der Deutschen Bundesstiftung Umwelt war es möglich, das Projekt bereits zehnmal umzusetzen. An zwei Pilotphasen nahmen Horte, Kindertagesstätten und Schulen in Berlin, Brandenburg, Hamburg, Niedersachsen und Schleswig-Holstein teil. So konnten sowohl das pädagogische Konzept als auch die Praktikabilität in der Umsetzung unter verschiedenen Voraussetzungen erprobt werden. Eine Evaluation nach Abschluss der zwei Pilotphasen hat bestätigt, dass das Projekt „Essen statt vergessen“ in ganz verschiedenen Formaten umsetzbar ist. Das Konzept lässt sich flexibel an verschiedene Rahmenbedingungen anpassen. Die vielen Pädagogen, die bereits an dem Projekt teilgenommen und es in ihren Einrichtungen durchgeführt haben, bewerteten „Essen statt vergessen“ als eine gelungene und sehr handlungsorientierte Inspirationsquelle für ihre pädagogische Arbeit. Besonders hervorgehoben wurde die Kombination aus so Alltäglichem und Praxisnahem wie Kochen und Gärtnern mit dem komplexen Thema Biodiversität. Die ersten Erfahrungen mit den Projektmodulen haben bereits den Anstoß für viele Folgeaktivitäten in den Horten gegeben.

Das Handbuch ist als Leitfaden für diejenigen gedacht, die das Thema Biodiversität und alte Sorten ebenfalls in ihrer Bildungsarbeit umsetzen möchten. Es besteht aus fertigen Projektmodulen, vielen Anregungen und Hintergrundinformationen. Die Erfahrungen der Pädagogen aus den Pilotphasen sind hier eingeflossen, so dass die Beschreibungen praxistauglich sind. Wir wünschen uns, dass das Umsetzungshandbuch Sie motiviert und Ihnen alle Informationen gibt, die Sie benötigen, um das Projekt „Essen statt vergessen“ selbst zu realisieren. Setzen Sie sich gerne mit uns in Verbindung, wenn Sie Fragen haben. Wir freuen uns auch sehr über Berichte zum Verlauf. Hinweise und Anregungen nehmen wir gerne entgegen. Treten Sie also direkt mit uns in Kontakt!

„Essen statt vergessen“  
c/o Fields GmbH  
Karlplatz 7  
10117 Berlin  
Tel.: 030 280 99 820  
info@fields.de



## „ESSEN STATT VERGESSEN“

### Projektidee und Ziele

„Essen statt vergessen“ ist ein Bildungsprojekt mit einer einfachen Botschaft: Alte Kulturpflanzen und Nutztierassen sollen lieber gegessen statt vergessen werden. Entsprechend liegt der inhaltliche Fokus des Projekts auf mittlerweile selten gewordenen Obst- und Gemüsesorten und damit auch auf Biodiversität, Ernährung und Nachhaltigkeit. Ziel ist es, Kinder mit nachhaltigem Denken und Handeln in Berührung zu bringen und sie vom sinnstiftenden Nutzen biologischer Vielfalt zu überzeugen.

Die Kinder entdecken auf handlungsorientierte, praktische Art und Weise, spielerisch und experimentell die komplexen Themen der Biodiversität und Nachhaltigkeit. Die Projektmodule konzentrieren sich auf das Kochen, Pflanzen, Pflegen und Weiterverarbeiten von alten Obst- und Gemüsesorten sowie auf eine öffentliche Präsentation des Projekts und der verwendeten alten Sorten an einem Marktstand. Ein aktiver Impulsworkshop führt die Kinder zunächst in das Thema ein, zeigt konkrete Beispiele der biologischen Vielfalt und weckt Neugier und Interesse für die kommenden Termine. An einem Koch-Aktionstag kochen die Kinder gemeinschaftlich ein biologisch vielfältiges Gericht aus alten Sorten. Am eigenen Marktstand stellen die Kinder das Projekt der Öffentlichkeit vor und geben ihr Wissen über alte Sorten an andere weiter. Parallel zu diesen Aktivitäten werden außerschulische Lernorte besucht, bei denen die Produktion und Weiterverarbeitung von Lebensmitteln im Fokus stehen, zum Beispiel ein Bioladen oder ein Gutshof. Auch legen die Kinder ein eigenes Gemüsebeet an, pflegen dieses und ernten schließlich ihre eigenen, neu entdeckten, alten Sorten.

### Ganz kurz: Was sind alte Sorten und warum ist biologische Vielfalt wichtig?

Unter alten Sorten verstehen wir die Nutzpflanzen, die von den Feldern und Tellern weitgehend verschwunden sind. Manche Obst- und Gemüsesorten sind inzwischen ausgestorben, wie zum Beispiel bestimmte Apfel- oder Tomatensorten. Es gibt aber auch Arten, die zwar nicht verschwunden, aber in Vergessenheit geraten sind, so zum Beispiel Pastinaken oder Topinambur. Diese Gemüsesorten waren früher in Deutschland weit verbreitet, gelten heute aber eher als Seltenheit.

Nicht nur in der Pflanzenwelt gibt es Sorten, die seit Jahrhunderten wachsen, in der heutigen Zeit aber fast vergessen oder sogar ausgestorben sind. Auch im Tierreich finden sich alte Nutztierassen, die vom Aussterben bedroht sind, beispielsweise das Angler Sattelschwein oder das Rohwollige Pommersche Landschaf. Nur noch wenige Vereine oder Liebhaber kümmern sich um ihre Erhaltung.

Viele Gründe sprechen dafür, alte Sorten und die biologische Vielfalt in der Pflanzen- und Tierwelt zu erhalten. Denn mit den alten Sorten verschwinden auch ihre kostbaren genetischen Eigenschaften, die unter anderem Resistenzen gegenüber Schädlingen und Krankheiten, Robustheit gegenüber klimatischen Bedingungen und Anbau- und Erntezeiten bestimmen. Diese Eigenschaften spielen eine wichtige Rolle bei Neuzüchtungen und werden genutzt, um Pflanzen oder Tierassen züchterisch an veränderte Umweltbedingungen anzupassen.



## „ESSEN STATT VERGESSEN“

Nicht nur aus Nutzenerwägungen heraus ist biologische Vielfalt erhaltenswert. Die Vielfalt von Nutzpflanzen und Nutztierassen ist auch ein Kulturgut, das wir bewahren sollten. Nicht zuletzt sorgt es für geschmackliche Variationen und intensive Geschmackserlebnisse :-). Davon zeugen heute auch zahlreiche Spitzenköche, die für ihre Gourmetküche explizit alte Sorten verwenden.

Damit die alten Sorten samt ihrer genetischen Eigenschaften und das Wissen um sie nicht verloren gehen, braucht es Landwirte und Gärtner, die alte Sorten anbauen, Konsumenten, die sie einkaufen und eine Politik, die passende Rahmenbedingungen schafft. Darunter fällt zum Beispiel auch die Weltdekade Biologische Vielfalt 2011-2020 der Vereinten Nationen, die zum Ziel hat, das Thema stärker in die Öffentlichkeit zu tragen und möglichst viele Menschen dafür zu begeistern. Auch der Bildungsarbeit kommt dabei ein besonderer Stellenwert zu. Genau hier setzt „Essen statt vergessen“ an und gibt Anregungen zur Bildungsarbeit mit Kindern zum Thema Nachhaltigkeit und Biodiversität.

### Pädagogische Haltung – Handlungsorientiertes Lernen

Biodiversität ist ein sperriger Begriff; das Thema ist komplex. Der Zugang dazu wird deshalb auf sehr praktische Art und Weise vermittelt. Das ist durch ein handlungsorientiertes und partizipatives Vorgehen möglich. Die Kinder lernen in den Projektmodulen spielerisch und experimentell (seltene) Obst- und Gemüsesorten sowie deren Aufzucht und Verarbeitung kennen und werden in jeden Projektschritt aktiv miteinbezogen. Sie kochen selbst und lernen dabei sowohl die Rezepte als auch die Zubereitung der Lebensmittel und den Umgang mit Küchenwerkzeugen kennen. Auch die Anzucht von Samen und das Anlegen eigener Beete machen die Kinder, pädagogisch begleitet, weitestgehend selbstständig. So können sie die Zusammenhänge zwischen Anpflanzen, Gartenarbeiten und Nahrungsmitteln hautnah selbst erfahren.

Aufgabe der Pädagogen ist es, den Kindern Lern- und Erfahrungsräume zu eröffnen, in denen sie Dinge und Phänomene eigenständig entdecken, erforschen und erproben können. Die damit verbundene pädagogische Haltung ist gekennzeichnet durch Unterstützung, Lernbegleitung und getragen von der Überzeugung, dass Kinder fähig sind, eigenständig Dinge zu entdecken und Erkenntnisse zu gewinnen.

Zu unserem pädagogischen Verständnis gehört es auch, die Kinder in möglichst viele Planungsschritte und Entscheidungen sowie in die Vor- und Nachbereitung der Module einzubeziehen. Die Kinder können selbst entscheiden, welche Sorten sie anpflanzen und welche Gerichte sie kochen – im Vorfeld kann eine begründete Vorauswahl durch die Pädagogen getroffen werden. Auch gehört es zu den Projektaufgaben dazu, die Tische zu wischen, Geschirr zu spülen oder den Marktstand mit auf- und abzubauen.

### Zielgruppe

Das Projekt „Essen statt vergessen“ richtet sich an sechs- bis zwölfjährige Kinder. Dieses Alter ist ein entwicklungspsychologisch und geschmacksphysiologisch spannendes „Zeitfenster“. Die Freude sowie das Interesse und die Neugier auf Neues fallen mit der (wieder) vorhandenen Offenheit für die Entdeckung neuer Geschmacksrichtungen zusammen. Über die ungewohnten Formen, neuen Farben, Aromen und Geschmacksrichtungen seltener Nutzpflanzen erfahren die Kinder



## „ESSEN STATT VERGESSEN“

biologische Vielfalt unmittelbar und werden somit praxisnah für einen wichtigen Aspekt der Nachhaltigkeit sensibilisiert. Überdies stößt die Vermittlung elementarer Kochkenntnisse, die mit den Projektmodulen einhergeht, bei Kindern auf enorme Resonanz. Schälen, Schneiden, Verrühren, Braten und Kochen – das alles macht Kindern großen Spaß. Wenn sie am Ende das Produkt ihrer Tätigkeiten sehen, genießen und anderen zeigen können, ist der Stolz umso größer.

Die Altersspanne von sechs bis zwölf Jahren ist bewusst groß gewählt. Die erste Durchführung hat gezeigt, dass es durchaus möglich ist, die Module in altersgemischten Gruppen erfolgreich durchzuführen. Auch jüngeren Kindern ist es sehr gut möglich, viele Impulse aufzunehmen und aktiv mitzumachen. Unterschiedliche Vorkenntnisse und Fähigkeiten der Kinder sind dann kein Hindernis, wenn sie dazu genutzt werden, gegenseitige Unterstützung zu fördern. Gerade im Umgang mit einigen Arbeitsmaterialien, z. B. Küchenwerkzeugen, braucht es Erfahrung. Es hat sich bewährt, wenn ältere bzw. erfahrenere Kinder mit den Jüngeren bzw. unerfahrenen Kindern Teams bilden, also nach dem Peer-to-Peer-Prinzip vorzugehen. Das stärkt gleichzeitig auch die sozialen Kompetenzen der Kinder und Jugendlichen.



## ARBEITEN MIT DEM HANDBUCH

### So kann das Handbuch genutzt werden

Das vorliegende Umsetzungshandbuch kann jeder nutzen, der daran interessiert ist, mit Kindern in handlungsorientierter Weise zum Thema biologische Vielfalt und alte Sorten zu arbeiten. Deshalb steht es als kostenloser Download unter [www.mehr-wissen-mehr-tun.de](http://www.mehr-wissen-mehr-tun.de) allen zur Verfügung. Gespickt mit Hinweisen und Tipps, enthält es alle Arbeitsmaterialien und Informationen rund um das Projekt „Essen statt vergessen“, sodass dieses in Eigenregie durchgeführt werden kann. Die Arbeitsmaterialien bestehen aus einer Vielzahl an Arbeitsblättern (AB), Rezepten (RB), Informationsblättern (IB), Spielanleitungen (SP), Bastelanleitungen für Tischaufsteller (TB) und Kommunikationsmaterialien (KM). Diese sind durchnummeriert und stehen im Anhang als Kopiervorlage zur Verfügung.

Zu Beginn des Projekts erhalten die Kinder eine Projektmappe, in die sie nach und nach alle Arbeitsmaterialien einheften können. So füllen sich die Mappen entsprechend der jeweiligen Aktivitäten ganz allmählich und jedes Kind kann seine ganz individuelle Projektdokumentation gestalten. Die Arbeitsmaterialien können auch nach dem Projekt genutzt werden – um Aktivitäten zu wiederholen oder auch um Rezepte nachzukochen.

In den dargestellten Modulen wurde eine Auswahl an Gemüse- und Obstsorten sowie an dazu passenden Rezepten vorgenommen. Dieses Sortiment, ebenso wie die Auswahl der Pflanzen für das Gärtnern, ist exemplarisch abgebildet. Es können auch ganz andere Obst- und Gemüsesorten genutzt werden – sofern diese dem Kriterium der „alten Sorte“ entsprechen. Die Umsetzung der Projektmodule ist saisonabhängig und somit an die jeweiligen Wachstumsperioden anzupassen. Um den Lesern möglichst viele Anregungen zu geben, sind immer wieder Tipps und weitere Ideen in die Modulbeschreibungen eingebaut. Ein Saisonkalender im hinteren Teil des Handbuches ermöglicht Ihnen, herauszufinden, welche Obst- und Gemüsesorten Sie wann nutzen können.

### Aufbau des Handbuches

Nachdem grundsätzliche inhaltliche sowie organisatorische Informationen gegeben sind, werden die Projektmodule in sechs Kapiteln detailliert beschrieben. Um den Lesern eine bessere Übersicht zu verschaffen, befinden sich neben den Text-Beschreibungen Symbole, die auf die Art der Information hinweisen – ob es sich also um ein Arbeitsblatt, eine Hintergrundinformation ein Spiel oder aber um ein Rezept handelt (Erklärung der Symbole, siehe unten). Jedes Kapitel enthält Informationen zu:

- ▶ A. Ziel und worum es geht
- ▶ B. Beispielhafter Ablauf des Moduls (ähnlicher Aufbau in jedem Modul, siehe unten), Anleitungen zu den Aktivitäten sowie den darin verwendeten Arbeitsmaterialien
- ▶ C. weiteren Ideen und Variationsmöglichkeiten zum Ausbau der Einheit
- ▶ D. Checkliste mit allen Dingen, die im Vorfeld zu bedenken sind

Sind alle Module vorgestellt, befinden sich im dann folgenden Kapitel weitere Spiele, Arbeitsblätter, Rätsel und Aktionen, die zusätzlich – entweder modulspezifisch oder modulunabhängig – genutzt werden können.

Es folgt ein Kapitel mit fachlichen Hintergrundinformationen zu den inhaltlichen Themenschwerpunkten biologische Vielfalt und alte Nutzpflanzen und -tierrassen.

Im Anhang finden Sie darüber hinaus:

- ▶ Kommunikationsmaterialien (exemplarische Pressemitteilung, Deckblatt für die Projektmappe, Fotofreigabeerklärung, Information für Eltern und Pädagogen sowie für Kinder, Präsentation zum Projekt „Essen statt vergessen“)
- ▶ Saisonkalender, in dem die Erntezeiten der jeweiligen alten Sorten abgebildet sind
- ▶ Kontaktadressen von Produzenten bzw. Lieferanten alter Sorten sowie weiterführende Literaturhinweise
- ▶ Kopiervorlagen der Arbeitsmaterialien zum Einsatz in der pädagogischen Arbeit

Die Kopiervorlagen im Anhang sind sortiert (eine vollständige Auflistung befindet sich unmittelbar vor den Kopiervorlagen im Anhang)

- ▶ Arbeitsblätter (AB1 - AB29) die die Kinder ausfüllen
- ▶ Informationsblätter (IB1 - IB31) für Kinder und Pädagogen
- ▶ Rezeptblätter (RB1 - RB16) mit kindgerechten Rezepten zu alten Sorten
- ▶ Spielanleitungen (SP1 SP11) zum Warming-up, für Zwischendurch und zum Abschluss
- ▶ Tischaufsteller (TB1 - TB18) mit informativer Tischdekoration
- ▶ Kommunikationsmaterialien (KM1 - KM3) für Eltern und Medien

### Erläuterung der Symbole

| Symbol  | Inhalt                             |
|---|------------------------------------|
|  | Ziel/Worum geht es?                |
|  | Ablauf eines Moduls                |
|  | Start/Begrüßung und Einstieg       |
|  | Spiel                              |
|  | Arbeitsblatt                       |
|  | Info Text                          |
|  | Tipp                               |
|  | Kochaktion                         |
|  | Weitere Idee/Variationsmöglichkeit |
|  | Checkliste                         |



## ARBEITEN MIT DEM HANDBUCH

### Exemplarischer Ablauf eines Moduls

| Was ?   | Wie ?  | Ziel   |
|---|--|--|
| <b>Start</b>  | Begrüßung im Stuhlkreis;<br>Rückblick auf das letzte Modul;<br>Ausblick auf dieses Modul   | Gemeinsamer Beginn in der Gruppe; Erinnerungen aktivieren, Gelerntes wiederholen; ankündigen, was in diesem Modul passieren wird                   |
| <b>Warm-up</b>  | Hier sind verschiedene (thematisch passende) Spiele möglich (siehe Vorlagen)   | Einen gemeinsamen, möglichst interaktiven Start; Kinder kommen in Bewegung, haben Spaß und sind am Ende wach und aufmerksam für das gemeinsame Tun |
| <b>Modulspezifische Aktionen</b>  | Vorstellung der jeweiligen Arbeitsschritte, Aktivitäten in Einzel-, Partner- oder Gruppenarbeiten                                | Thematisches, handlungsorientiertes Arbeiten   |
| <b>Pause</b>  | Zeit für die Kinder, sich kurz auszutoben  | Bewegungsdrang Raum geben, Konzentrationsfähigkeit erhöhen, Spaß haben   |
| <b>Weitere modulspezifische Aktionen Einzel-, Partner- oder Gruppenarbeiten</b> | Vorstellung der jeweiligen Arbeitsschritte, Aktivitäten in thematisches, handlungsorientiertes Arbeiten                          |  |
| <b>Ggf. Präsentation der Ergebnisse, Auswertung</b>                             | Gruppen stellen sich ihre Ergebnisse vor, berichten, was sie gemacht haben und probieren gegebenenfalls die Gerichte voneinander | Austausch untereinander, Aufmerksamkeit füreinander, Wertschätzung der Arbeit  |
| <b>Abschlussrunde</b>   | Besprechen, was den Kindern gefallen hat; Ausblick auf das nächste Treffen   | Gelerntes reflektieren, Überblick geben, gemeinsamen Abschluss haben   |



## ARBEITEN MIT DEM HANDBUCH

### Die ersten Projektschritte

Vor dem Projektstart ist es ratsam sich lokale Partner zu suchen. Dies können zum Beispiel Lernorte sein, die im Rahmen des Projekts besucht werden. Auch Naturschutzorganisationen oder andere Institutionen, Vereine bzw. Personen können interessante Partner für ein oder mehrere Projektmodule sein: Diese können durch ihre fachliche Expertise mit Rat und Tat zur Seite stehen. Wichtig ist es – das sei bereits an dieser Stelle gesagt – im Vorfeld die jeweiligen Ziele der Zusammenarbeit sowie die Zuständigkeiten, Verantwortlichkeiten und Rollen genau zu klären.

Im Kapitel 3 finden Sie Kontaktadressen, Anregungen und Ideen für mögliche Partner. Denken Sie außerdem bereits vor dem Projektstart daran, die erforderlichen Einverständniserklärungen der Eltern einzuholen, beispielsweise für Lernortbesuche oder für Fotofreigaben (KM1).

### Projektgruppe

Zwar ist es möglich, das Projekt und die einzelnen Projektmodule flexibel zu gestalten, es hat sich allerdings als vorteilhaft erwiesen, eine feste Projektgruppe zu etablieren und auf eine kontinuierliche Teilnahme zu achten. So wachsen die Kinder als Gruppe zusammen und profitieren von den im Verlauf des Projekts durchgeführten Wiederholungen und Vertiefungen der Modulhalte. Nicht zuletzt ist eine kontinuierliche Mitarbeit für die fortdauernde Pflege der Gemüse- oder Kräuterbeete erforderlich.

Die Gruppengröße sollte eine Anzahl von 15 Kindern nicht überschreiten. Die Aktivitäten sind in dem Umsetzungshandbuch so konzipiert, dass immer zwei Pädagogen bzw. Begleitpersonen die Module durchführen. Bei den Kochaktionen ist es, je nach Vorkenntnissen der Kinder, vorteilhaft, eine weitere Person mit einzubeziehen. Dieses Modul benötigt intensive Vorbereitung und Begleitung. Die Kinder arbeiten hier mit Küchenwerkzeugen, die ihnen in der Regel noch nicht vertraut sind. Nicht immer lässt sich das so realisieren. Doch eines ist ganz klar: Je kleiner die Gruppe ist, desto intensiver kann gearbeitet werden!

Alle Einrichtungen, Initiativen oder Organisationen, die mit Kindern arbeiten und entweder eine eigene Küche haben oder einen Zugang dazu, können „Essen statt vergessen“ umsetzen. Besonders geeignet sind Schulhorte oder vergleichbare Einrichtungen, die für die nachmittägliche Betreuung von Kindern verantwortlich sind. Denn in diesen ist eine verlässliche Betreuungsstruktur gesichert, sodass eine kontinuierliche Arbeit mit einer gleichbleibenden Projektgruppe möglich ist. Kontakte zu den Eltern erleichtern es, diese in das Projekt einzubeziehen und zum Projektmodul „Kochen mit Eltern“ einzuladen.

### Zeitliche Planung

Die Laufzeit des Projekts erstreckt sich in seiner „Urform“ mit wöchentlich einem Projektmodul über ca. zwei Monate. Je nachdem, wie viele Lernorte besucht, Kochtermine angeboten und Wiederholungseinheiten eingeplant werden, lässt sich das Projekt jedoch auch über einen kürzeren oder längeren Zeitraum hinweg umsetzen. So kann „Essen statt vergessen“ auch im Rahmen einer Projekt- oder Ferienwoche angeboten werden. Da in den Modulen sehr viele Themen enthalten sind und viele unterschiedliche Dinge gemacht werden, ist ein größerer Zeitrahmen durchaus sinnvoll. Die Module lassen sich weiter aufsplitten, so dass in jeder Woche kleinere Aktivitäten durchgeführt



## ARBEITEN MIT DEM HANDBUCH

werden. Das entlastet den Vorbereitungsaufwand und erhöht die kontinuierliche Arbeit im Themenbereich Biodiversität und alte Sorten. Und insbesondere die Arbeit im Beet erfordert eine längere und kontinuierliche Pflege. Da innerhalb der Module jeweils verschiedene Aktivitäten möglich sind und das Umsetzungshandbuch vielfältige Arbeitsmaterialien rund um das Thema enthält, kann das Thema durchaus über längere Zeit im Fokus bleiben. Dabei erhöht das Wiederholen von Aktivitäten den Lerneffekt, die Kinder werden in der Zubereitung von Gerichten sicherer und das Gelernte wird gefestigt. Ziel des Projekts ist es ja, dass das Thema Biodiversität einen festen Platz in der Bildungsarbeit einnimmt.

Aufgrund des saisonalen Obst- und Gemüseangebots und der zeitlich gebundenen Arbeit im Gemüsebeet liegt es auf der Hand „Essen statt vergessen“ im Frühjahr oder Sommer durchzuführen. Wer das Projekt im Winter durchführen möchte, kann dies natürlich auch tun. In den kälteren Monaten wird das Angebot an seltenen Obst und Gemüse zwar nicht ganz so vielfältig und üppig sein. Trotzdem wird man auch im Winter, gerade was Lager- und besonders Wurzelgemüse betrifft, fündig. (Im November eignen sich Topinambur oder Pastinaken zum Beispiel hervorragend für ein leckeres selbstgemachtes Püree). Für Ihre Projektplanung ist ein Blick in den Saisonkalender am Ende des Handbuches sinnvoll. In diesem können Sie ablesen, welche Obst- und Gemüsesorten Sie für die Projektumsetzung, zum Kochen und zum Anbauen nutzen können.

Das Gärtnern gestaltet sich in der kälteren Jahreszeit sehr kreativ, denn traditionell startet man mit der Aussaat im Freiland nicht vor den Eisheiligen Mitte Mai. Mit einer Vorkultur auf der Fensterbank lassen sich Keimlinge und Pflanzensprösslinge bereits Anfang des Jahres vorziehen und beobachten. Die Vorkultur kann in vielfältigen Varianten erfolgen. Es finden sich sehr viele und überaus originelle und dekorative Ideen zu dieser Form der „Innen-Anzucht“ von Pflanzen. Und Kinder mögen gerade die gestalterischen Tätigkeiten.

Eine bedeutsamere Rolle spielt das Wetter beim Modul „Marktstand“: Die Kinder stehen hier für längere Zeit draußen. Wobei auch schlechtes Wetter die Kinder nicht zwangsläufig davon abhält, ihre selbsthergestellten Produkte zu präsentieren. So hat eine Projektgruppe von ca. 10 Kindern auch bei Kälte und Regen voller Begeisterung draußen unter Schirmen agiert und war nicht zu bremsen, Besucher über die Aktivitäten im Projekt zu informieren und ihnen alte Sorten zur Verkostung anzubieten. Alternativ kann der Marktstand aber auch im Hortgebäude aufgebaut werden.

Um lokale Partner zu gewinnen, die bei der Umsetzung des Projekts mit Rat und Tat mitwirken, ist eine möglichst frühe Kontaktaufnahme sinnvoll. Das stellt sicher, dass die Zusammenarbeit gut vorbereitet und in den Gesamttablauf integriert werden kann. Auch sollten vor Projektstart die Eltern informiert und zum gemeinsamen Kochen eingeladen werden.

Ein Projektmodul hat eine Dauer von ca. zwei Stunden. Die Vorbereitungszeit variiert. Neben dem Einkauf der erforderlichen Lebensmittel und Materialien sind ca. 30 Minuten für den Aufbau des Raums erforderlich. Das betrifft besonders die Module, in denen gekocht oder gepflanzt wird. Es sind immer verschiedene Stationen vorzubereiten, an denen die Kinder arbeiten. Auch die Zeit für die Nachbereitung ist von den Modulaktivitäten abhängig. Insbesondere nach den „Kochmodulen“ benötigt das Aufräumen und Geschirrspülen mindestens eine halbe Stunde Zeit. Hier können und sollten die Kinder unbedingt mit eingebunden werden.

Erfahrungsgemäß sind einige der Kinder immer hochmotiviert und beschäftigen sich sehr gerne über längere Zeit mit den jeweiligen Aktivitäten. Andere Kinder hingegen haben eine kürzere Konzentrationsspanne. Es hat sich bewährt, eine Pause auf dem Hof für diejenigen zu ermöglichen,



## ARBEITEN MIT DEM HANDBUCH

die einen hohen Bewegungsdrang haben, während die anderen Kinder ungestört weiter arbeiten können. Darüber hinaus gibt es eine Vielzahl themenbezogener Arbeits- und Malblätter, die selbsterklärend sind. Ein „Maltisch“ im Raum funktioniert immer! Er zieht die Kinder an, die gerne malen, gestalten oder auch Rätsel raten. So ist es möglich, den unterschiedlichen Bedürfnissen und Vorlieben der Kinder gerecht zu werden.

### Räumlichkeiten und Ausstattung

Viele der Aktivitäten in den einzelnen Modulen finden an „Stationstischen“ statt. So kümmern sich beim Kochen verschiedene Gruppen um unterschiedliche Teile des Gerichts. Beim Modul zur Anzucht von Pflanzen in selbst gestalteten Töpfen sind Stationen zum Basteln der Anzuchttöpfe, zum Befüllen der Töpfe mit Kiesel und Erde, zum Pflanzen und zum Pflegen vorbereitet. Auch der „Maltisch“ mit Ausmalbildern, Rätseln oder kleinen Spielen sollte als eigener Stationstisch aufgebaut werden. Das Arbeiten in Kleingruppen an den verschiedenen Stationen ermöglicht die aktive Mitarbeit jedes Kindes. Zudem kann jeder entsprechend seiner Vorlieben arbeiten. Der Beginn jedes Moduls sollte im Projektraum immer im Stuhlkreis stattfinden. Hier wird mit den Kindern besprochen, worum es an diesem Tag geht und was genau passieren wird. Die Tische, an denen gearbeitet wird, sollten mit den benötigten Materialien für die Kinder vorbereitet sein, so dass die Arbeit schnell starten kann.

Es ist vorteilhaft, wenn die Kinder nur einen kurzen Weg nach draußen haben, zum einen für die Bewegungspausen, zum anderen weil manche Aktionen – wie Spiele oder Gärtnern – besser im Freien funktionieren. Das ist selbstverständlich nicht immer gegeben. Für manche Sequenzen eignet sich auch ein Flur oder Vorräum.

Beim gemeinsamen Kochen ist es besonders wichtig, sich um die räumlichen Bedingungen und die Ausstattung in der Einrichtung im Vorfeld Gedanken zu machen und Aktivitäten und Rezepte dementsprechend auszuwählen. Idealerweise finden die Kochaktion in einer Küche statt, in der die Kinder wirken und wirken können. Ideal ist es, wenn die Kindern einen Zugang zu Herd und Spüle haben und alle Schritte bei der Zubereitung des Gerichts, vom Waschen der Lebensmittel über das Garen bis hin zum Aufräumen und Abwaschen, übernehmen können. Falls dies nicht möglich ist – Kindern ist der Zutritt zur Küche manchmal nicht gestattet –, können Arbeitstische im Hortraum aufgebaut werden. Es ist möglich, auch ohne Herd etwas zuzubereiten: Gemüsesticks mit Kräuterquark oder verschiedene Aufstriche zum Beispiel. Egal, was zubereitet wird, immer ist es wichtig, die Kinder möglichst in alle Schritte einzubeziehen und mit ihnen zu besprechen, was in der Küche passiert und sie über den richtigen Umgang mit Küchenutensilien (z. B. scharfen, spitzen Gegenständen, wie Messern oder Kartoffelschälern) aufzuklären. Viele Themen aus der Alltagswelt ergeben sich ganz nebenbei. Warum muss Gemüse abgewaschen werden? Wie heiß ist der Herd? Warum ist es sinnvoll, einen Deckel auf den Topf zu machen? Wie überprüft man, ob ein Gericht gar ist? Was ist dabei zu beachten?

Was die Materialien betrifft, so bedarf es gerade bei Küchenwerkzeug einer kindgerechten Ausstattung. Messer müssen gut in der Hand liegen und scharf sein, damit die Kinder nicht so viel Kraft aufwenden müssen oder zu leicht abrutschen. Bei Schälmessern und Reiben sollte auch auf eine gute Ausstattung geachtet werden, da die Kinder mit diesem Werkzeug häufig noch nicht sehr geübt sind. Besonders Spaß machte es den Kindern mit Wiegemesser, Kräuterschere und anderen Küchenhilfen zu arbeiten, die für sie neu und spannend waren.



## ARBEITEN MIT DEM HANDBUCH

### Finanzieller Aufwand

In der unten abgebildeten Liste sind die Materialien für alle Module mit den ungefähren Kosten aufgeführt, die Sie für die Umsetzung der im Handbuch abgebildeten Module benötigen. Sie können in der Liste ankreuzen, was in Ihrer Einrichtung bereits vorhanden ist und was Sie kaufen bzw. anderweitig organisieren müssen, um das Modul umsetzen zu können. So können Sie auch gleich einen Budgetplan für das Projekt erstellen.

| Modul                            | Material   | ca. € |
|----------------------------------|--|-------|
| Allgemein,<br>für jedes<br>Modul | Honorare   |       |
|                                  | Küchenausstattung (Brettchen, verschiedene Messer, Sparschäler, Küchenreiben, Mixer, Kartoffelstampfer, Schüsseln, Teller, Besteck, Töpfe, Pfannen...) |       |
|                                  | Schnellhefter für Projektmappen  |       |
|                                  | Ausdrucke der Arbeitsmaterialien für die Kinder  |       |
| Impuls-<br>workshop              | Gemüse für den Gemüsekorb (alte und besondere Gemüse- bzw. Obstsorten)   | 10    |
|                                  | Zutaten für Kräuterquark (Quark, Joghurt, Milch, Zitrone, Öl, Salz, Pfeffer, Kräuter, Brot)  | 10    |
|                                  | verschiedene Tomatensorten (oder Apfelsorten) für den Geschmackstest   | 10    |
|                                  | Summe  |       |
| Kochaktion                       | Zutaten, die für das Gericht benötigt werden   | 30    |
|                                  | evtl. Kochschürzen   |       |
|                                  | Summe  |       |
| Pflanzen                         | Saat-/Pflanzgut  | 5     |
|                                  | Pflanzerde   | 5     |
|                                  | evtl. Dünger   | 5     |
|                                  | Kiesel für Anzuchttöpfe  | 4     |
|                                  | Tetrapaks oder Plastikflaschen als Anzuchtbehälter   |       |
|                                  | Untertöpfe für die Anzuchtbehälter   | 5     |
|                                  | Bastelmaterialien (Stifte, Klebe, Scheren, Pappe, Papier, Folie, Holzstiele...) zur Gestaltung der Töpfe und Infoschildchen                            | 5     |
|                                  | Kordel und Stöcke oder Steine zur Begrenzung der Beete   | 1     |
|                                  | evtl. Gärtnerutensilien (Harken, Schaufeln, Handschuhe, Gießkanne)   |       |
|                                  | evtl. weiteres Material zum kreativen Gärtnern (siehe Handouts zum kreativen Gärtnern)   |       |
|                                  | Summe  |       |
| Lernort-<br>Besuch               | Fahrtkosten pro Kind   |       |
|                                  | Teilnahmegebühr/Eintritt pro Kind oder ggf. Geschenk, wenn der Lernort ehrenamtlich arbeitet   |       |
|                                  | Klembretter  |       |
|                                  | Zwischensumme  |       |



## ARBEITEN MIT DEM HANDBUCH

|                   | Zwischensumme  |                |
|-------------------|--|----------------|
| Marktstand        | Zutaten für den Verkostungsparcours oder Geschmackstest, z. B. Apfel- oder Tomatensorten | 20             |
|                   | mehrere Obst- und Gemüsesorten (je 2 Stück) für das Sortenmemory                         | 10             |
|                   | Kräuter für das Geruchsmemory  | 10             |
|                   | 4 geruchsintensive Obst- oder Gemüsesorten für das Geschmacks- und Geruchsmemory         | 5              |
|                   | Infoschilder und Rezeptkarten  |                |
|                   | Tisch/Marktstand   |                |
|                   | evtl. Fahrtkosten  |                |
|                   | Standdekoration  |                |
|                   | Summe  |                |
| Kochen mit Eltern | Zutaten (je nach Rezept)   | 70             |
|                   | Tischdekoration  |                |
|                   | Summe  |                |
| <b>GESAMT</b>     |  | <b>ca. 200</b> |

### Kommunikation

Die Eltern nehmen erfahrungsgemäß von sich aus regen Anteil an den Aktivitäten der Kinder, insbesondere was das Zubereiten von Gerichten betrifft, die den Kindern gut schmecken. Ein von den Kindern selbst angerichtetes Büffet überrascht die Eltern ebenso wie die ungewöhnlichen Obst- und Gemüsesorten, die verwendet werden. Sie freuen sich über Rezepte, die sie zu Hause mit ihren Kindern nachkochen können. So sind die Eltern ohne großes Zutun indirekt in das Projekt miteinbezogen. Eine Ansprache der Eltern kann aber auch direkt und explizit erfolgen – über Informationsmaterialien zum Projekt, durch die Einladung, von den Speisen zu probieren – zum Beispiel beim Abholen der Kinder – durch die Ankündigung des Marktstands oder die Ausrichtung einer gemeinsamen Kochaktion im Hort.

### Dokumentation

Fotos ermöglichen Ihnen, das lebendige und engagierte Projektgeschehen auch für andere sichtbar zu machen und das Projekt zu dokumentieren. Deshalb sollte eine Fotokamera immer griffbereit dabei sein. Auch empfiehlt es sich, Zitate der Kinder gleich aufzuschreiben, denn sie vermitteln auf einfache und wirkungsvolle Weise, was sich bei den Kindern bewegt. Viele Horte stellen projektbegleitend oder nach Ende der Projektarbeiten die Aktivitäten in Schrift und Wort an einer Projektwand vor. So können Eltern und Kollegen einerseits nachvollziehen, was ihre Kinder gemacht haben. Andererseits bieten die Darstellungen auch für die Kinder Anknüpfungspunkte, um ihren Eltern von dem Projekt zu berichten. Eine Vorlage zur Fotofreigabe bei Minderjährigen finden Sie im Anhang (KM1).



## ARBEITEN MIT DEM HANDBUCH

### Öffentlichkeit

Je häufiger „Essen statt vergessen“ durchgeführt wird, desto stärker wird auch die Wahrnehmung in der Öffentlichkeit. Die Kinder arbeiten an einem aktuellen und wichtigen Thema, und das in einer sehr innovativen und kreativen Weise. Es werden unterschiedliche Akteure miteinbezogen: verschiedene Lernorte, ein Koch, lokale Partner und Einrichtungen. Alle Aktivitäten tragen dazu bei, die Öffentlichkeit für Aspekte der biologischen Vielfalt und für die Bewahrung dieser zu sensibilisieren. Das ist gut so und das können und sollen alle wissen!

Die lokale Presse kann über den Projektstart in der Einrichtung oder über einen öffentlichkeitswirksamen Termin von „Essen statt vergessen“ informiert werden. Dazu ist es sinnvoll, schriftliche Informationen zur Hand zu haben, die an die Presse weitergeleitet werden können. Um Ihnen die Kommunikation über das Projekt zu erleichtern, finden Sie im Anhang eine allgemeine Medieninformation (KM2). Diese können Sie an Ihre individuelle Projektgestaltung anpassen, um spezifische Informationen ergänzen oder einfach als Ideengeber nutzen.

### Projektpartner

Der Kreis von potenziellen Projektpartnern ist groß. Es kann Partner geben, die direkt in das Projekt mit einbezogen werden, zum Beispiel als Lernort oder Experte, der den Hort besucht, um mit den Kindern zu kochen oder zu gärtnern. Es können aber auch Organisationen, Vereine oder Unternehmen angesprochen werden, die durch ihre finanzielle Unterstützung oder Spende einen Teil des Projekts ermöglichen. Im Gegenzug können Sie diese Projektpartner in die projektbezogene Kommunikation des Hortes aufnehmen. Mögliche Unterstützer sind zum Beispiel Lebensmittelhändler oder Gärtnereien. Zur Ansprache potenzieller Partner können Sie Bausteine der im Handbuch abgedruckten Pressemitteilung nutzen.

## Übersicht über die Projektmodule

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



## ARBEITEN MIT DEM HANDBUCH

Das Projekt startet immer mit dem Impulsworkshop, ansonsten kann die Reihenfolge der Projektmodule beliebig gestaltet werden. Ob als nächstes die Kochaktion oder das Pflanzen von Gemüse und Kräutern folgt, ist abhängig von der Jahreszeit sowie den räumlichen und personellen Gegebenheiten.

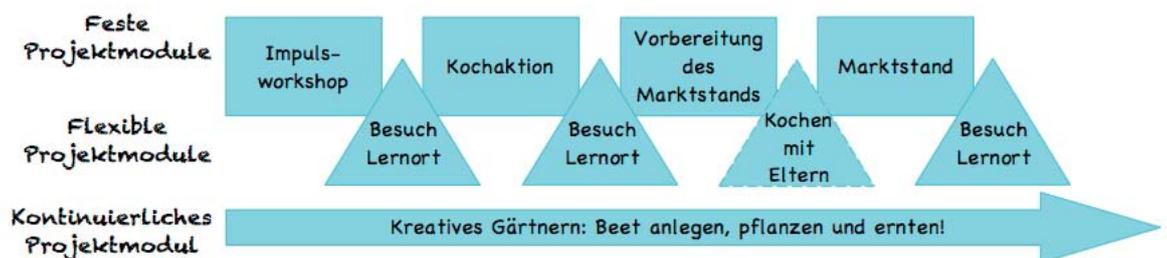
Die Pflege des angelegten Beets erfolgt parallel zu den anderen Modulen kontinuierlich, idealerweise auch über den Projektzeitraum hinaus, je nach Erntefenster.

Der oder die Besuche der Lernorte können flexibel geplant werden, je nach geeigneten Lernorten in der Umgebung.

Für den Marktstand sind einige Vorbereitungen erforderlich. Die Kinder planen, was und wie sie präsentieren werden, bereiten Produkte zur Verkostung vor und kreieren die Standgestaltung. Es empfiehlt sich, dieses Modul an das Projektende zu stellen, wenn die Kinder bereits viele Erfahrungen gemacht und Neues gelernt haben, von dem sie berichten können. Gerade die öffentliche Präsentation vor Eltern, anderen Kindern und Standbesuchern kann als krönender Abschluss des Projekts genutzt werden.

Das „Kochen mit Eltern“ ist sehr gut geeignet, um näher mit den Eltern in Kontakt zu treten. Die Durchführung ist jedoch abhängig von ihrem Interesse, ihrer zeitlichen Verfügbarkeit sowie den zur Verfügung stehenden Räumen und Möglichkeiten in der Einrichtung.

Das Projekt ist so konzipiert, dass es über einen längeren Zeitraum hinaus in die kontinuierliche Hortarbeit integriert werden kann. Für den Lerneffekt ist die Durchführung kleinerer Einheiten und Wiederholungen sinnvoll. So können die Erfahrungen verarbeitet und vertieft werden. Möglich ist dann auch die Arbeit nach dem Peer-to-Peer-Prinzip: Kinder zeigen und erklären den anderen Kindern das Gelernte.



Das

# UMSETZUNGSHANDBUCH

zum Bildungsprojekt



Modul 1

## IMPULS-WORKSHOP

---

Eine Initiative von

**FIELDS**

Corporate Responsibility

gefördert durch

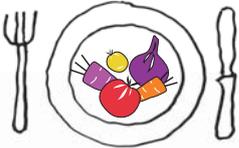


Deutsche  
Bundesstiftung Umwelt

**MEHR  
WISSEN!  
MEHR TUN!**



## Übersicht über die Projektmodule

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



## 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.





## IMPULSWORKSHOP – DER STARTSCHUSS!



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 Projekttagbuch
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.



## IMPULSWORKSHOP – DER STARTSCHUSS!



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 unbekanntem 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 Projekttitle „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 Projektktermin 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.





# IMPULSWORKSHOP - DER STARTSCHUSS!



## 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.

pädagogin

**SP1 Warm-up: „Gemüsesalat“**

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.

1. Die Kinder sitzen im Stuhlkreis.
2. Der Reihe nach wird jedes Kind einem Gemüse zugeordnet. Wichtig ist es, sicherzustellen, dass sich jeder „seine“ Gemüsesorte gemerkt hat.
3. Ein Kind stellt sich nun in die Mitte des Kreises, sein Stuhl wird beiseite gerückt.
4. Das Kind in der Mitte ruft nun eine der ausgewählten Gemüsesorten auf. Alle Kinder, die diese Gemüsesorte repräsentieren, tauschen ihren Platz.
5. Aufgabe des Kindes, das in der Mitte steht, ist es, einen freien Platz für sich zu finden.
6. Wer am Ende keinen Stuhl besetzen konnte, bleibt in der Kreismitte stehen und ruft nun wiederum eine Gemüsesorte auf.
7. Ruft das Kind in der Mitte „Gemüsesalat“ oder „Wildes Gemüse“, wechseln alle Kinder ihren Platz.

Mögliche Einstiegsfrage: Welcher Gemüse findet man gerade im Beet?  
→ die richtigen Antworten können in der Gruppe gesammelt und für das Spiel weiterverwendet werden (siehe Spielanleitung).

**Varianten**

- Die Gemüsesorten können natürlich auch durch Obstsorten ersetzt werden.

**Ziel der Aktion**

- Das Spiel bringt die Kinder in Bewegung und kann als Einstieg in das Thema (zabonake) Obst- und Gemüsesorten dienen.

SP Spielblatt 1



**AB1 Welches Gemüse kennst du?**

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

**Was ist eigentlich Gemüse?**

- ✓ Die Gemüse Teil einer Pflanze
- ✓ Die Pflanze lebt meist nur ein Jahr
- ✓ Die Pflanze wird jedes Jahr neu eingepflanzt oder geerntet

Was toll ist: Das Gemüse ist oft schon nach wenigen Wochen reif. Salat kann zum Beispiel nach 4-8 Wochen geerntet und gegessen werden. Bohnen und Paprika nach 8-10 Wochen.

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

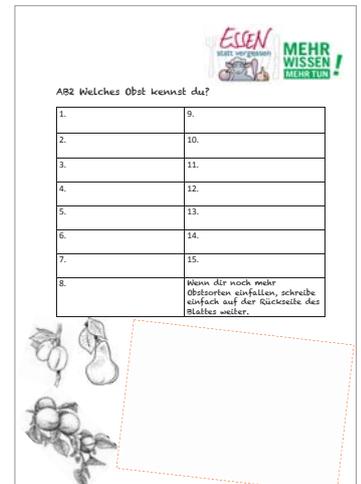
- ▶ Deckblatt Projektmappe (AB25)
- ▶ Projektmappe Beschreibung (IB31)
- ▶ Ausgehändigte Handouts zum Einheften: Gemüsesorten Abfrage (AB1) und Infoblatt Obst- und Gemüsesorten (IB1)

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 eingehftet 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.



AB Arbeitsblatt 2



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





**Tip!** 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 Liebingsorte 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.



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



**Tip!** 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 Schneidmessern 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.



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

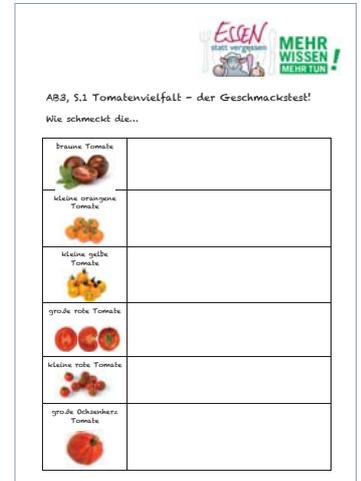


**Variation:** Wahlweise zum Tomaten-Geschmackstest gibt es das Handout auch für Äpfel (AB4) und Möhren (AB5)!



## 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.



AB Arbeitsblatt 3



RB Rezeptblatt 2





## IMPULSWORKSHOP – DER STARTSCHUSS!



- ▶ 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 Lieblingsorte.

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



## IMPULSWORKSHOP – DER STARTSCHUSS!



### D. Checkliste

#### Vorbereitungen

- Einkauf
  - unterschiedliches Gemüse für den Gemüsekorb (Mischung zwischen bekannten und unbekanntem 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



Das  
**UMSETZUNGSHANDBUCH**  
zum Bildungsprojekt



Modul 2  
**KOCHAKTION**

---

Eine Initiative von

**FIELDS**

Corporate Responsibility

gefördert durch



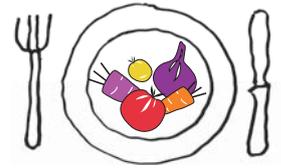
Deutsche  
Bundesstiftung Umwelt

**MEHR  
WISSEN !  
MEHR TUN !**



## Übersicht über die Projektmodule

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



## Willkommen beim Koch-Aktionstag!



### A. Worum geht es?

Was biologische Vielfalt und gute Ernährung konkret bedeuten, können die Kinder durch eigenes Erleben beim gemeinsamen Kochen erfahren. Sie werden spielerisch anhand von konkreten Beispielen an die Sortenvielfalt und deren Ausprägungen in Geschmack, Form, Geruch etc. herangeführt. Ziel dieses Moduls ist es, ein kleines „biologisch vielfältiges“ Menü oder Gericht zu kochen, das die Kinder nach der Zubereitung gemeinsam essen – die Rezepte sollten kindgerecht und einfach nachkochbar sein, denn die Kinder werden zugleich mit einfachen Kochtechniken vertraut gemacht.

Die Kinder kochen mit den für sie neuen alten Nutzpflanzen. Sie sensibilisieren ihren Geschmackssinn, erweitern ihren Geschmackshorizont, verbessern ihre Kochkünste und ihre feinmotorischen Fähigkeiten. Sie eignen sich einfache Kniffe und Grundregeln des Kochens an und lernen Rezeptanweisungen zu verstehen. Über die Beschäftigung mit den Zutaten erfahren sie mehr über die (überwiegend regionalen und saisonalen) Zutaten, deren Geschichte und Verwendung sowie über die Gründe, warum sie so selten geworden sind.

Etwas ganz Besonderes ist es, wenn ein „echter“ Koch die Zubereitung des Gerichts professionell anleitet. Die Kinder können dann auch erfragen, wie der Alltag und das Arbeitsleben eines Kochs aussieht, und sie bekommen einen Einblick in dieses Berufsfeld. So werden die Kinder schließlich selbst zum Koch! Für diese ist das ein ganz besonderes Erlebnis. Auch für die öffentlichkeitswirksame Präsentation des Projekts kann die Zusammenarbeit mit einem Koch hilfreich sein.

Für die erfolgreiche Durchführung des Projekts ist die Zusammenarbeit mit einem Koch natürlich nicht zwingend nötig. So ist es ebenso gut möglich, das Projektmodul auch ohne „echten“ Koch auf interessante und motivierende Weise durchzuführen.

**Tipp!** In gut sortierten Lebensmittelgeschäften, vor allem in Biomärkten, kann man saisonabhängig durchaus alte und unbekanntere Sorten erhalten. Auf dem Wochenmarkt kann ein engagierter Bauer vielleicht auf Nachfrage eine alte Sorte besorgen. Auch Gemüselieferanten, die Gemüsekisten nach Hause liefern, kommen als Bezugsquelle für ungewöhnliche Gemüsesorten in Frage. Im Anhang sind einige Adressen und Kontaktdaten aufgelistet, die weiterhelfen können. Diese ist nicht vollständig, es gibt regional ganz unterschiedliche Bezugsmöglichkeiten.





# Willkommen beim Koch-Aktionstag!



**Tip!** Bei der Auswahl der Rezepte ist zu bedenken, dass die Kinder so viel wie möglich selbst machen dürfen. Also lieber ein einfaches Rezept nehmen, als Teile der Gerichte ohne sie vorzubereiten!

Kinder können sehr viel mehr, als wir es ihnen häufig zutrauen. Erwachsene – insbesondere Eltern – nehmen den Kindern manchmal zu schnell die Handgriffe ab, in dem Ansinnen, sie zu unterstützen. Doch davon lernen die Kinder den Umgang mit Küchenwerkzeugen und die Zubereitung von Gerichten nicht. Das lernen sie, wenn sie selbst etwas geschafft haben und am Ende stolz darauf sind. Pädagogen und Eltern haben die Aufgabe, die Kinder dabei zu unterstützen, die jeweiligen Aufgaben selbst realisieren zu können.



## B. Beispielhafter Ablauf des Moduls

### Möhrenbuffet

1. Begrüßung und Einstieg
  2. Kochaktion
- Pause
3. Verkostung
  4. Abschlussrunde



## Anleitungen: Aktionen im Detail

### 1. Begrüßung und Interview

#### Handouts

- ▶ Partnerinterview (AB9)

Nach einem gemeinsamen Einstieg und Ausblick auf das Kochmodul, beginnt die inhaltliche Arbeit zum Thema. Es wird geklärt, wie ein Interview geführt wird und die Kinder finden sich in Zweierteams zusammen. Sie starten mit dem Interview und befragen sich zu ihren Essgewohnheiten, Kocherfahrungen und Lieblingsgerichten (AB9). Ein Kind beginnt mit der Befragung und trägt die Antworten auf das Arbeitsblatt des anderen Kindes ein. Nach 5-10 Minuten werden die Rollen getauscht. Diese kurze Interview-Runde ist ein guter Einstieg in das Thema Kochen. So setzen sich die Kinder intensiv mit ihren eigenen Vorlieben und Fähigkeiten in Bezug auf das Thema Essen und dessen Zubereitung auseinander. Nach Möglichkeit stellen die Kinder die Antworten auf alle Fragen oder nur die Lieblingsspeise ihres Interviewpartners der Gruppe vor. Das geht gut, wenn ein Kreis gebildet wird und immer das Team, das die Ergebnisse präsentiert, dazu in die Mitte kommt. Den Impulsworkshop aufgreifend werden danach noch einmal die wichtigsten Küchenregeln besprochen und wiederholt.




**AB9 Partnerinterview: Lieblingsgericht und Kocherfahrungen**

**Aufgabe:**

- Such dir einen Interviewpartner.
- Sprich gemeinsam ab, wer mit dem Fragebogen beginnt.
- Nimm auch in der Tabelle die Antworten.
- Nach der ersten Runde wechselt ihr auch ab, so dass jeder einmal Fragen stellt und einmal Antworten gibt.
- Stellt die Lieblingsgerichte eines Partners in der Gruppe vor.

**Tip:**

- Wie ein richtiger Zeitungsjournalist stellst auch ihr auf folgende Regeln achtet:
- Hört genau zu, was der andere sagt!
- Fragt nach, wenn ihr etwas nicht richtig verstanden habt.
- Fragt am Ende die Gesprächs, ob euer Interviewpartner noch etwas zum Thema sagen möchte, das ihm wichtig ist!

| Interview stellt:   | Antworten |
|---|-----------|
| 1. Was isst du am liebsten?   |           |
| 2. Wie oft isst du dein Lieblingsessen?   |           |
| 3. Welche Zutaten (Obst, Gemüse, Fleisch, ...) gehören zu dein Lieblingsgericht?? |           |
| 4. Was hast du schon selbst gekocht??   |           |

AB Arbeitsblatt 9



# Willkommen beim Koch-Aktionstag!



**Variation:** Kommt ein „echter“ Koch zu Besuch, können die Kinder im Vorfeld Interview-Fragen vorbereiten und die Ergebnisse dem Koch vorstellen.



## 2. Kochaktion

### Material

- Zutaten
- Kochutensilien, je nach Speise zu definieren (Brettchen, Messer, Sparschäler, Reiben, Kartoffelstampfer, große Schüsseln, Töpfe, Backblech)
- Schürzen
- Geschirr und Besteck zum gemeinsamen Essen, oder für das Möhrenbuffet: kleine Schüsseln, kleine Gabeln und Löffel, Zahnstocher
- Küchenrolle
- Pro Tisch einen Abfallbehälter für Küchenabfälle
- Pflaster (für den Notfall)
- Bastelmaterial (Stifte, Bürolocher)
- Gefäße/Dosen, falls Essen übrig bleibt
- Mülltüten, Eimer und Lappen

### Handouts

- ▶ Rezept Möhren (RB3)
- ▶ Evtl. Tischaufsteller mit Rezepten (TB6 - TB10), Beschreibung (TB1)

Zuerst werden die verschiedenen Möhrensorten gezeigt und besprochen. Fragen die in diesem Einstieg gestellt werden können:

- Wer kennt die lila Möhre?
- Wer hat sie schon einmal gegessen?
- Wie esst ihr Möhren am liebsten?
- Welche Gerichte mit Möhren kennt ihr?
- Welche Namen gibt es noch für Möhren? (Mohrrübe, Karotte, gelbe Rübe, Rübli)
- Wer hat schon einmal selbst etwas mit Möhren gekocht?

Anschließend werden die vier Möhren-Rezepte (RB3) kurz vorgestellt und die Kinder entscheiden sich, welches Rezept sie kochen möchten. Entsprechend werden die Kochteams gebildet.

Bei wenigen pädagogischen Begleitern oder einer kleinen Projektgruppe bietet es sich an, nur zwei Gruppen zu bilden. Eine Gruppe bereitet Ofenmöhren und Salat zu, die andere den Möhrenstampf und Sticks.



RB Rezeptblatt 3



## Nun werden die Kinder zu Köchen!

- ▶ Hände waschen.
- ▶ Die jeweiligen Küchenwerkzeuge gemeinsam ansehen (Sparschäler, Messer, Reibe, Kartoffelstampfer) und den Umgang damit besprechen (Wie kann man eine Möhre zerkleinern? Wie schneidet man sie und in welche Formen? Welche Form eignet sich zum Möhrenknabbern, Möhrensalat/Ofenmöhren am besten? Wie bereitet man Möhrensticks/Möhrensalat/Ofenmöhren/Möhrenstampf zu?)
- ▶ Jedes Möhrengericht (außer die Ofenmöhren) wird nach Farben sortiert zubereitet (Unterschiede zum Schneiden des Gemüses aus dem Impulsworkshop feststellen. Lassen sich die unterschiedlichen Möhren alle gleich gut schneiden?). Es werden also pro Arbeitstisch dementsprechend viele Schüsseln benötigt.
- ▶ Der Arbeitsplatz muss zwischendurch immer wieder aufgeräumt werden. Gerade beim Abschälen der Möhren fallen sehr viele Abfälle an. Sind alle Gerichte zubereitet, wird der gesamte Tisch aufgeräumt und abgewischt. Dann können die Gerichte für die Verkostung oder das gemeinsame Essen angerichtet werden. Hier ist bereits im Vorfeld zu klären, wie die Kinder von den vielen verschiedenen Gerichten probieren werden (am Büffet oder gemeinsam am Tisch? Kleine Teller, Schüsselchen oder Servietten, Gabeln, Löffel oder Spieße, ...?)



**Tipp!** Bei der Arbeit mit violetten Möhren sind Kochschürzen und Tischdecken sinnvoll. Denn sonst färben sie nicht nur die Hände lila...



**Tipp!** Gutes Küchenwerkzeug ist beim Kochen das A und O. Vor dem Projekttermin sollten Sie ausprobieren, welche Messer sich für Kinderhände und die Zubereitung der Gerichte am besten eignen. Entgegen der Annahme, große Messer seien nichts für Kinderhände, benötigen die Kinder zum Durchschneiden großer Möhren auch große Messer. Mit denen schaffen sie es, dicke Möhren durchzuschneiden. Sparschäler zum Schälen der Möhren sollten möglichst eine querliegende Klinge besitzen. Dieses Modell ist für Kinder am einfachsten und ungefährlichsten zu bedienen.



## Kleine Geschichte der Möhre

Ursprünglich gab es die Möhre in vielen verschiedenen Farben, von weiß über gelb und rot bis hin zu lila-schwarz. Die früher viel verzehrte Ur-Möhre ist außen schwarz-lila und innen orange. Vermutlich entstand die orangene Möhre erst durch die niederländische Züchtung im 17. Jahrhundert, als die Ur-Möhre mit einer gelblichen Möhre gekreuzt wurde. Nach und nach verdrängte diese orange Möhre dann alle anderen Möhrensorten vom Markt.





Die violette Möhre besitzt viele Eigenschaften, die typisch für alte Sorten sind. Sie enthält einen höheren Vitamingehalt als die übliche, orange Schwester. Durch den hohen Gehalt an Vitamin B und C, Beta-Carotin und Anthocyan ist sie besonders gesund. Sie gilt als robuster und häufig schädlingsresistenter. Außerdem besitzt sie einen intensiveren Geschmack als die orange Möhre.

Siehe auch: Infoblatt Möhren (IB27), für Pädagogen



## 4. Verkostung

Aus allen Gerichten wird ein großes Buffet aufgebaut. Dieses sieht beeindruckend aus, denn pro Tisch gibt es jeweils vier farblich unterschiedliche Gerichte. Das Farbenspektrum auf dem Tisch ist beeindruckend.

Die Kinder präsentieren sich gegenseitig die Gerichte und erzählen, wie sie diese zubereitet haben. Anschließend können alle von den verschiedenen Gerichten kosten. Sie probieren die verschiedenen Sorten vom Rohzustand bis zum gegarten Zustand.



**Tipp!** Dieses Projektmodul bietet eine optimale Gelegenheit, die Eltern der Kinder näher über das Projekt zu informieren und auf das Thema „Biodiversität und alte Sorten“ aufmerksam zu machen. Die Eltern werden sich bestimmt für die Gerichte, die von den Kindern gekocht wurden und die dafür verwendeten besonderen Gemüsesorten interessieren.



**Tipp!** Nicht immer wird alles aufgegessen. Haben die Kinder Aufbewahrungsbehälter dabei oder gibt es diese in der Einrichtung, können sie das übriggebliebene Essen mit nach Hause nehmen.

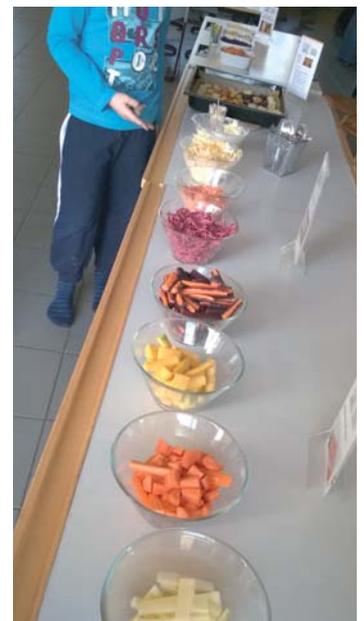
Oft fragen sie auch explizit nach, ob sie etwas mitnehmen können, denn sie wollen ihren Eltern zeigen, was sie hergestellt haben. Das ist eine sehr gute Möglichkeit, die Eltern indirekt mit einzubeziehen.

Ist das Projekt am Ende des Tages und werden die Kinder von ihren Eltern abgeholt, dann bitten Sie die Kinder, ihren Eltern das Buffet zu zeigen, sie etwas probieren zu lassen und ihnen zu erklären, was sie gemacht haben. Eltern sind meistens sehr interessiert – nicht nur an dem, was die Kinder gemacht haben, auch an den alten Sorten und an den Rezepten.

Auch bietet es sich an, kleinere Portionen für das Kollegium mit vorzubereiten. So weckt das durchgeführte Projekt gleich geschmackvolles Interesse bei den Mitarbeitern, und die Kinder erfahren durch sie die Wertschätzung ihrer Arbeit.



IB Infoblatt 27





# Willkommen beim Koch-Aktionstag!



## C. Weitere Ideen und Variationsmöglichkeiten

### Einkaufen

Es ist pädagogisch sinnvoll, mit den Kindern zusammen die Zutaten für das Rezept einzukaufen. Ist das möglich, wird gemeinsam eine Einkaufsliste erstellt und die Kinder überlegen, wo sie die Zutaten bekommen. Kleine Einkaufsgruppen können jeweils die Zutaten in dem Laden finden, in den Einkaufskorb legen und an der Kasse bezahlen. Dafür sollte ein weiterer Projekttermin eingeplant werden.

### Rezepte schreiben, malen, basteln

Die Kinder erhalten die Rezepte als Arbeitsvorlage für ihre Projektmappe. Möglich ist auch, dass sie sich die Rezepte abschreiben eine Bilderanleitung malen oder für das Buffet Tischaufsteller mit den Zutaten der Gerichte herstellen (Rezeptvorlage AB14).

### Möhrenurwald

Um zu zeigen, dass aus den Möhrenabfällen neues wächst, werden die Möhrenköpfe auf etwas Watte in eine flache Schale gebettet. Werden die Möhrenstümpfe regelmäßig gegossen, sprießt das Möhrengrün erneut und es entsteht ein kleiner Möhrenurwald!

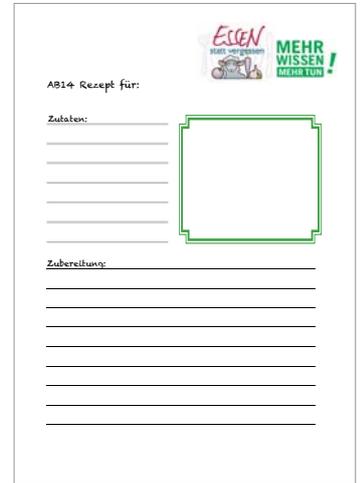
Hier kann auch das Pflanzenforscherbuch (AB8) wieder zum Einsatz kommen.

### Weitere Arbeitsblätter

- ▶ Die goldenen Küchenregeln (AB10): Gemeinsam finden, worauf in der Küche geachtet wird!
- ▶ Kleine Schneideübung (AB11): Weiche und feste Lebensmittel schneiden

### Repeptsammlung für verschiedene Gerichte aus alten Sorten:

- ▶ Apfel-Möhren Couscous (RB4): Braucht keinen Herd!
- ▶ Gemüsepfanne (RB5): Bunt und lecker!
- ▶ Gemüsedips (RB6): Braucht keinen Herd!
- ▶ Salat (RB7): Bei diesem Gericht entscheiden die Kinder, was sie in den Salat mischen!



AB Arbeitsblatt 14



AB Arbeitsblatt 10



## Willkommen beim Koch-Aktionstag!



- ▶ Ofenkartoffeln (RB8) + Infoblatt Kartoffel (IB18): Bunte Ofen Pommes Frites mit Kräuterquark (RB1) kombinieren!
- ▶ Ketchup (RB9) + Infoblatt Tomaten (IB29): Wer sagt, dass Ketchup rot sein muss?
- ▶ Knäckebrot (RB10) + Infoblatt Getreide (IB24): Knuspriges aus Urgetreide
- ▶ Gemüsewaffeln (RB11) Infoblatt Getreide (IB24): Braucht keinen Herd!
- ▶ Süße Waffeln (RB12) Infoblatt Getreide (IB24): Braucht keinen Herd!
- ▶ Apfelkompott (RB13) + Apfel Geschmackstest (AB4): Sortentest!

Auch im Internet finden sich natürlich zahlreiche leckere und kindgerechte Rezepte! Wie wäre es mit:

- ▶ Gemüsebratlinge (z. B. Kartoffeln, Linsen, Möhren, Zucchini, Bohnen)
- ▶ Gemüsechips (Kartoffeln, rote Bete, gelbe Bete, geringelte Bete, Möhre, Pastinake, Petersilienwurzel, Süßkartoffel, Topinambur)
- ▶ Kartoffelkuchen (blaue Kartoffelsorte)
- ▶ Kartoffelsalat (Sortenmix)
- ▶ Möhrenkuchen (violette Sorte)
- ▶ Tomatenquiche (bunte Tomatenmischung)
- ▶ Rote Bete Püree
- ▶ Möhren-Aufstriche (mit Nüssen, Sonnenblumenkernen, Tomatenmark, Frischkäse, Pastinaken...)

Und noch mehr Spielideen gibt es im Anhang im Kapitel „Weitere Ideen“!



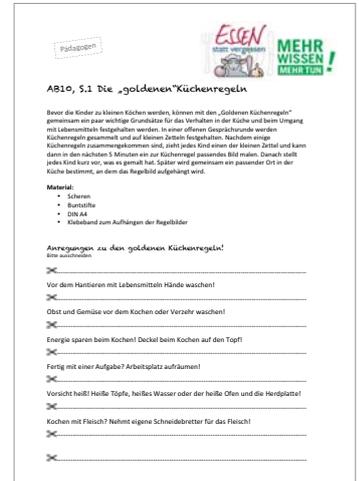
### D. Checkliste

#### Vorbereitungen

- Rezeptabsprache (mit dem Koch/mit den Kindern)
- Einkauf: Zutaten für das Gericht/Menü
- Raum (Stuhlkreis, Arbeitsplätze, Tische) vorbereiten
- Evtl. Tischaufsteller vorbereiten

#### Handouts

- ▶ Partnerinterview (AB9)
- ▶ Rezepte (vom Gericht, das gekocht wird, zur Auswahl: RB1 - RB15)
- ▶ Evtl. weitere Handouts: Die goldenen Küchenregeln (AB10), Kleine Schneideübungen (AB11), Rezeptvorlage (AB14), Infoblätter zu verwendeten Sorten (IB22 - IB30), Pflanzenforscherbuch (AB8), Tischaufsteller (TB6 - TB10)



AB Arbeitsblatt 10



TB Tischaufsteller 7



Willkommen beim Koch-Aktionstag!



### Sonstige Materialien

- Kochutensilien, je nach Speise zu definieren (Brettchen, Messer, Sparschäler, Reiben, Kartoffelstampfer, große Schüsseln, Töpfe, Backblech)
- Schürzen
- Geschirr und Besteck zum gemeinsamen Essen, oder für das Möhrenbuffet: 12 kleine Schüsseln, kleine Gabeln und Löffel, Zahnstocher
- Küchenrolle
- Pro Tisch einen Abfallbehälter für Küchenabfälle
- Pflaster (für den Notfall)
- Bastelmaterial (Stifte, Bürolocher)
- Gefäße/Dosen, falls Essen übrig bleibt
- Mülltüten, Eimer und Lappen

### Raumsetting

- Stuhlkreis
- Küche mit Koch- und Spülmöglichkeit
- Platz zum gemeinsamen Essen oder für einen Buffettisch
- Kochtische, die mit den Küchenutensilien gedeckt sind
- Maltisch

Das  
**UMSETZUNGSHANDBUCH**  
zum Bildungsprojekt



Modul 3  
**GENÜSSE-/KRÄUTERBEET**

---

Eine Initiative von

**FIELDS**

Corporate Responsibility

gefördert durch



Deutsche  
Bundesstiftung Umwelt

**MEHR  
WISSEN !  
MEHR TUN !**



## Übersicht über die Projektmodule

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



## KREATIVES GÄRTNERN – DAS EIGENE BEET!



### A. Worum geht es?

Alte Sorten sind im Handel nur sehr begrenzt zu finden und in der Anschaffung meistens recht teuer. Beschäftigen sich Kinder in dem Projekt also mit alten Sorten, sollten sie auch wissen, dass und wie es möglich ist, das Gemüse selber anzupflanzen und später zu ernten. So lernen sie den Kreislauf einer Pflanze vom Aussäen bis zum Ernten kennen und erwerben gleichzeitig gärtnerische Fähigkeiten. Auch Verantwortung ist gefragt, denn die regelmäßige Pflege des Beets erfordert Verlässlichkeit. Am Ende, wenn die „Früchte ihrer Bemühungen“ geerntet, verarbeitet und gemeinsam verspeist werden, kann an die ersten Projektmodule angeknüpft werden. Insgesamt lernen die Kinder auf handlungsorientierte Art und Weise vieles über Pflanzen, Gärtnern sowie kreative Raum- und Gartengestaltung.

Was genau im „Pflanzmodul“ gemacht werden kann, ist jahreszeitenabhängig, denn alle Kräuter- und Gemüsesorten haben spezifische Pflanzzeiten, die zu beachten sind. Vorbereitend ist also ein Blick in den Saisonkalender erforderlich. Diesem ist zu entnehmen, welche alten Sorten wann gepflanzt und geerntet werden können. Das kann mit den Kindern besprochen werden, um zu entscheiden, was sie anpflanzen möchten.

Egal, wieviel Platz für Anpflanzungen in der Einrichtung vorhanden ist, gegärtnert werden kann immer und überall – sogar im Winter, wenn die Gartensaison im Freien noch nicht begonnen hat. Wenn es draußen zu kalt und der Boden noch zu hart ist, können zum Beispiel Sprossen (immer) und Setzlinge (ab Februar) innen gezogen werden. Diese Tätigkeiten können sehr kreativ sein, denn es gibt viele verschiedene künstlerische Möglichkeiten der Gestaltung von Anzuchttöpfen. Ob aus Plastikflaschen, alten Kisten oder Dosen, Steinen, Eierschalen, oder leeren Getränkekartons ... es finden sich viele originelle Ideen, wie und vor allem woraus die Behälter gestaltet werden können!

Wir haben uns für die Anzucht von Tomaten entschieden. Ihre Sortenvielfalt ist immens und die Anzucht auch in Innenräumen möglich. Tomatenpflanzen mögen es gerne warm und hell. Ein Plätzchen auf der Fensterbank, vielleicht sogar über der Heizung, erhöht die Chancen, dass die Samen keimen und sich zu starken Pflanzen entwickeln können. Ende





## KREATIVES GÄRTNERN - DAS EIGENE BEET!



Mai, wenn die Frostgefahr vorbei ist, können die Tomaten dann nach draußen in ein Beet oder in Kübel gepflanzt werden. Und um bereits Samen für die Anpflanzung im nächsten Jahr zu gewinnen, können aus der Tomatenernte ganz einfach neue Samen für die Aussaat gewonnen werden. Ein toller Kreislauf!

### Welches Saatgut ist geeignet?

Das Saatgut-Sortiment ist groß, und selbst in Supermärkten gehört der Verkauf von Samen inzwischen zum Sortiment. Doch Saatgut ist nicht gleich Saatgut. Die sogenannten F1-Hybridsorten, die oftmals im Handel zu kaufen sind, sind gezüchtete Hochleistungssorten, die nicht samenecht sind. Das bedeutet, dass sie neues Saatgut abwerfen, das entweder nicht keimungsfähig ist oder aber Pflanzen hervorbringt, die nicht mehr die Eigenschaften der „Muttersorte“ besitzen und häufig verkümmerte Früchte entwickeln.

F1-Hybridsorten verdrängen das samenfeste Saatgut alter Kulturpflanzen vom Markt. Es ist also nicht nur ratsam samenfestes Saatgut zu kaufen, um aus den daraus entstehenden Pflanzen neues Saatgut gewinnen zu können, sondern auch, um alte Kulturpflanzen als unsere natürlichen Ressourcen zu schützen und auf diese Weise nachhaltig zu handeln.

Seit Beginn des 20. Jahrhunderts regelt in Deutschland das Saatgutverkehrsgesetz, welches Saatgut verkauft werden darf. Alte Sorten entsprechen häufig nicht den Kriterien, die vom Bundessortenamt zugelassen werden. Dieses Saatgut darf zu kommerziellen Zwecken nicht in den Verkehr gebracht werden. Um an das Saatgut zu kommen, wendet man sich am besten an Vereine, Initiativen oder Gartenliebhaber, denen die Erhaltung des Saatgutes alter Sorten ein Anliegen ist. Sie vermehren und tauschen Saatgut oder geben es gegen einen Selbstkostenpreis ab. Die Arbeit wird i.d.R. ehrenamtlich durchgeführt. Kontaktdaten finden Sie in der [Adressliste](#) in Teil 3 des Handbuchs.



## B. Beispielhafter Ablauf des Moduls

### Vorzucht von Tomaten

1. Begrüßung und Einstieg
  2. Warm-up „Der sumpfige Garten“
  3. Gärtnern in Getränkekartons
- Pause
4. Pflege der Pflanzen
  5. Das Pflanzenforscherbuch
  6. Abschlussrunde



## Anleitungen: Aktionen im Detail

### 1. Begrüßung und Einstieg

Nach der Begrüßung und der Rückschau auf den letzten Projekttermin wird danach gefragt, wo das Obst und Gemüse, das wir täglich essen, eigentlich herkommt. Die Antworten der Kinder werden zusammen getragen, diskutiert, neue Fragen werden formuliert. Es gibt mehrere Anknüpfungspunkte. Herkunft bezieht sich zum einen auf Herkunftsländer. Hier kann (zu einem späteren Zeitpunkt) an die Transportwege von Lebensmitteln angeknüpft werden). Es bezieht sich ebenso auf die Orte, an denen das Gemüse gekauft wird (Supermärkte) oder wächst (Felder, Beete). Nicht alle Kinder wissen, dass Gemüse und Obst auf Bäumen, Beeten oder Feldern wächst. Und dass allgemein nicht alle Sorten, die es gibt und alte Sorten im Besonderen im Supermarkt zu kaufen sind. Dann heißt es Gemüse selbst anpflanzen und sein eigenes Gemüse ernten!

### 2. Warm-up „Der sumpfige Garten“

#### Material

- ▶ Verschiedene Gegenstände, die im Verlauf des Moduls genutzt werden, z. B. Getränkekartons, Samentütchen, Schere, mit Pflanzenerde gefüllter Eimer
- ▶ Decke, Seile oder Kreppband zur Abgrenzung des Spielfelds

Das Spiel bietet sich zur Auflockerung und Hinführung zum Thema an. Die Kinder sammeln nach definierten Spielregeln ausgewählte Gegenstände ein. Es werden Gegenstände eingesetzt, die im Verlauf des Moduls genutzt werden. Das leitet schon auf die kommende Aktivität (das Anpflanzen) hin. Das Spiel erfordert viel Platz: Draußen oder in einem großen, freien Raum.

Zur Vorbereitung wird eine Decke auf den Boden gelegt oder ein Feld markiert. Das Feld sollte so groß sein, dass alle Kinder darin stehen können. Es symbolisiert ein Beet. Um das Feld herum werden fünf Gegenstände verteilt, die für die spätere Pflanzaktion genutzt werden, zum Beispiel ein leerer Getränkekarton, eine Schere, ein Klebestift, ein Becher mit Kieselsteinen und ein Tütchen mit Samen. Die Gegenstände sind so weit weg vom Beet zu legen, dass die Kinder eine Menschenkette bilden müssen, um an die Gegenstände heran zu kommen. Mindestens ein Kind muss immer im Beet stehen. Der Abstand zwischen den Gegenständen zum Feld darf also nicht länger sein als die Kette, die die Kinder bilden können. Die Gegenstände sollten so verteilt sein, dass das



Pädagogen

MEHR WISSEN! KLEINER LESEN

**SF2 Warm-up „Der sumpfige Garten“**

Das Spiel bietet sich zur Auflockerung und Hinführung zum Thema Gärtnern an. Die Kinder sammeln nach definierten Spielregeln ausgewählte Gegenstände ein. Es werden Gegenstände eingesetzt, die im Verlauf des Moduls genutzt werden. Das leitet schon auf die kommende Aktivität (das Anpflanzen) hin. Das Spiel erfordert viel Platz: Draußen oder in einem großen, freien Raum.

**Material**

- Verschiedene Gegenstände, die im Verlauf des Moduls genutzt werden, z. B. Getränkekartons, Samentütchen, Schere, mit Pflanzenerde gefüllter Eimer
- Decke, Seile oder Kreppband zur Abgrenzung des Spielfelds

**Vorbereitung**

Zur Vorbereitung wird eine Decke auf den Boden gelegt oder ein Feld markiert. Das Feld sollte so groß sein, dass alle Kinder darin stehen können. Es symbolisiert ein Beet. Um das Feld herum werden fünf Gegenstände verteilt, die für die spätere Pflanzaktion genutzt werden, zum Beispiel ein leerer Getränkekarton, eine Schere, ein Klebestift, ein Becher mit Kieselsteinen und ein Tütchen mit Samen. Die Gegenstände sind so weit weg vom Beet zu legen, dass die Kinder eine Menschenkette bilden müssen, um an die Gegenstände heran zu kommen. Mindestens ein Kind muss immer im Beet stehen. Der Abstand zwischen den Gegenständen zum Feld darf also nicht länger sein als die Kette, die die Kinder bilden können.

**Anleitung**

Alle Kinder stellen sich in das Feld hinein, dann wird das Spiel und die Geschichte dazu erklärt: „Wir befinden uns in einem sumpfigen Garten. Der einzige Ort, an dem in der Sonne im Beet um das Beet befinden sich fünf sehr wichtige Gegenstände, die wir heute unbedingt brauchen. Aufgabe ist es, die Gegenstände einzusammeln ohne im Sumpf zu versinken. Damit das möglich ist, gibt es einige Regeln zu beachten.“

1. Das Beet darf nur für kurze Zeit verlassen werden, ansonsten versinkt man im Sumpf! Sobald ein Kind das Beet verlassen hat, ziehen die anderen langsam von 20 cm herunter bis auf 5 cm. 20 cm müssen die Kinder spätestens wieder im Beet (im Spielfeld) stehen. Sind sie noch nicht zurück, wird der aufgenommene Gegenstand wieder zurück in den Sumpf gelagt und es geht von vorne los.
2. Damit niemand versinkt, darf kein Kind alleine in den Sumpf tauchen um einen Gegenstand einzusammeln. Es muss immer eine Verbindung zum sicheren Beet bestehen. (Die Kinder müssen eine Kette bilden.)

**Auswertung**

Würden alle Gegenstände eingesammelt, werten die Kinder das Spiel aus. Was war schwierig? Was war einfach? Was hat die Teilnehmer\*innen am meisten Spaß gemacht? Was hat die Gruppenarbeit unterstützt? Es werden Vermutungen darüber angestellt, wofür die Gegenstände gut sein könnten und was damit gemacht wird.



## KREATIVES GÄRTNERN - DAS EIGENE BEET!



Einsammeln nicht zu einfach ist.

Alle Kinder stellen sich in das Feld hinein, dann wird das Spiel und die Geschichte dazu erklärt:

„Wir befinden uns in einem sumpfigen Garten. Der einzig sichere Ort darin ist das Beet. Im Sumpf rund um das Beet befinden sich fünf sehr wichtige Gegenstände, die wir heute unbedingt brauchen. Aufgabe ist es, die Gegenstände einzusammeln ohne im Sumpf zu versinken. Damit das möglich ist, gibt es einige Regeln zu beachten“:

1. Das Beet darf nur für kurze Zeit verlassen werden, ansonsten versinkt man im Sumpf. Sobald ein Kind das Beet verlassen hat, zählen die anderen langsam von 10 an herunter bis auf 0. Bei „0“ müssen die Kinder spätestens wieder im Beet (im Spielfeld) stehen. Sind sie noch nicht zurück, wird der aufgesammelte Gegenstand wieder zurück in den Sumpf gelegt und es geht von vorne los.
2. Damit niemand versinkt, darf kein Kind alleine in den Sumpf losziehen, um einen Gegenstand einzusammeln. Es muss immer eine Verbindung zum sicheren Beet bestehen. (Die Kinder müssen eine Kette bilden.)

Wurden alle Gegenstände eingesammelt, werten die Kinder das Spiel aus. Was war schwierig? Was war einfach? Wie hat die Teamarbeit funktioniert? Was hat die Zusammenarbeit unterstützt? Dann werden Vermutungen darüber angestellt, wofür die Gegenstände gut sein könnten und was damit gemacht wird.

### 3. Gärtnern in Getränkekartons

#### Material

- Saatgut
- Pflanz Erde
- Kieselsteine
- Leere Getränkekartons
- Wasser zum Gießen und Auswaschen der Kartons
- Untertöpfe für die Anzuchtbehälter
- Dosenlocher
- Kleine Messer
- Bastelmaterialien (Stifte, evtl. auch wasserfeste Stifte, Scheren, Klebe, Pappe, Papier, Prospekte, selbstklebende Folie, Bürolocher...)
- Handfeger und Kehrschaufel

#### Handouts

- Stichpunkte Tomatensorten (IB5)
- Anzucht in Getränkekartons (IB6)

Gärtnern und Recyceln miteinander verbinden! Aus leeren Getränkekartons basteln und gestalten die Kinder ihre Anzuchtöpfe.






196, 52 Tomatenvielfalt - Pflanzt eure eigenen Tomaten!

|   |  |
|---|--|
| <p><b>Nasobehaarte</b></p>         | <p>Die Tomatensorte „<b>Wolfsbeerte</b>“ ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> trägt hellgelbe, kleine Früchte;</li> <li><input type="checkbox"/> wächst bis zu 2 Meter hoch;</li> <li><input type="checkbox"/> hat einen fruchtigen, frischen und leicht süßen Geschmack;</li> <li><input type="checkbox"/> ist mit guten kleinen Hirschen versehen, die man mitessen kann.</li> </ul>  |
| <p><b>Blaues Zebra</b></p>         | <p>Die Tomatensorte „<b>Black Zebra</b>“ (Schwarzes Zebra) ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> hat runde, mittelgroße Früchte und ist braungrün gestreift;</li> <li><input type="checkbox"/> wächst sehr hoch;</li> <li><input type="checkbox"/> besitzt eine feste Haut und schwarz-rotes, sehr saftiges Fruchtfleisch;</li> <li><input type="checkbox"/> hat einen leicht süßlichen Geschmack, ist in der Küche sehr beliebt und vielseitig verwendbar...</li> </ul> |
| <p><b>Ochsenherz Findling</b></p>  | <p>Die Tomatensorte „<b>Ochsenherz Findling</b>“ ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> hat Früchte, die wie ein Herz geformt sind;</li> <li><input type="checkbox"/> trägt Früchte, die bis zu 600 Gramm wiegen können;</li> <li><input type="checkbox"/> hat einen intensiven Geschmack und ist sehr lecker;</li> <li><input type="checkbox"/> wurde zufällig entdeckt.</li> </ul>  |



# KREATIVES GÄRTNERN - DAS EIGENE BEET!



Diese werden mit Kieseln, Erde und schließlich mit Samen befüllt.

- ▶ Die Kinder suchen sich zuerst aus den vorhandenen Tomatensorten (oder andere) die aus, die sie anpflanzen möchten. Zur Entscheidungsfindung hängen große Fotos der Tomaten mit Stichpunkten zu Aussehen, Größe und Geschmack aus (IB5).
- ▶ Das obere Ende des Kartons wird mit einem kleinen Messer oder einer spitzen Schere abgeschnitten, sodass ein ca. 10 cm hoher, offener Behälter entsteht.
- ▶ Der Behälter wird gründlich ausspült – gerade bei Tetrapaks befinden sich häufig noch Getränkereste im Karton.
- ▶ In die Unterseite des Kartons werden ca. 10 kleine Löcher gebohrt, durch die später das Gießwasser ablaufen kann und kein Stauwasser entsteht. Dafür eignen sich Dosenlocher am besten, mit der Scheren- oder Messerspitze klappt es aber auch.
- ▶ Der Karton kann jetzt mit Pappe, Stiften oder Ausschnitten aus Prospekten verziert und mit einem Etikett versehen werden. Auf diesem stehen das Anpflanzdatum, die Tomatensorte und der Name des Kindes.
- ▶ Der Anzuchtbehälter wird mit einer Schicht Kieselsteine befüllt, sodass der Boden bedeckt ist. Das verhindert das Abfließen des Gießwassers. Es wird erklärt, dass alte Sorten häufig nicht so einfach im Supermarkt zu kaufen sind und deswegen das Gemüse selbst angepflanzt wird.
- ▶ Der Karton wird dann mit Erde aufgefüllt.
- ▶ Das Samenkorn der ausgesuchten Tomatenpflanze wird ca. 1 cm tief in die Erde gesteckt und die Erde darüber leicht angedrückt.



**Tipp!** Bringen Sie zu Beginn des Projektermins einige „Modelle“ selbst gebastelter Töpfe mit. Das inspiriert die Kinder für die kreative Gestaltung ihrer eigenen Anzuchtbehälter.



**Tipp!** Planen Sie 2-3 Kartons pro Kind ein. Dann ist genug Ersatzmaterial vorhanden, wenn ein Topf verschnitten wird. Auch können die Kinder eventuell einen 2. Topf zum Mitnehmen nach Hause gestalten!



Bitten Sie die Kinder im Vorfeld des Termins, leere Getränkeverpackungen von zu Hause mitzubringen.

**Variation:** Anzuchttöpfe können auch aus Eierschalen (IB7) hergestellt werden – eine lustige Idee Anzuchttöpfe zu basteln und ideal zu Ostern. Gerade hier haben die Kinder durch das Bemalen von Ostereiern viele kreative Ideen.

Zeitungspapier eignet sich für eine weitere einfache Art Anzuchttöpfe zu basteln, ohne spezielle Materialien kaufen zu müssen (IB8).



**Variation:** Auch Kräuter lassen sich sehr gut in kleinen Töpfen aus recycelten Getränkekartons ziehen (IB4).



AB Infoblatt 6





# KREATIVES GÄRTNERN - DAS EIGENE BEET!



## 4. Pflege der Pflanzen

### Handouts

- ▶ IB2 Gärtner Basics
- ▶ IB3 Pflanzenanleitung Tomaten

Nach dem die Topfcreationen aller genügend bewundert wurden, wird besprochen, was Pflanzen allgemein zum Wachsen brauchen (IB2) und was Tomatenpflanzen im Speziellen benötigen (IB3).

Was Pflanzen brauchen, ist die regelmäßige Pflege. Wie die gewährleistet ist, wird jetzt mit den Kindern vereinbart. Wer übernimmt wann die Pflege der Pflanzen – in der Woche, am Wochenende und in den Ferien. An dieser Stelle ist die Übernahme von Verantwortung gefragt. Eine gute Gelegenheit, mit den Kindern in einen Verabredungs- und Planungsprozess zu treten, an dem jeder beteiligt ist. Zunächst können Ideen der Kinder zusammengetragen werden, um dann einen realisierbaren Weg zu finden. Möglich ist die Etablierung von Gießteams, die jeweils für einen Tag oder eine Woche die Verantwortung übernehmen.



**Variation:** Daran anknüpfend kann das Arbeitsblatt „Aufbau einer Pflanze“ (IB23) genutzt werden, um die verschiedenen Begrifflichkeiten von der Wurzel bis zur Frucht zu klären. Die Kinder können es anschließend mit Buntstiften ausmalen.



## 5. Das Pflanzenforscherbuch

### Material

- Stifte

### Handouts

- ▶ Pflanzenforscherbuch (AB8)

Um den Wachstumsprozess der Pflanzen bewusst zu erleben, erhalten die Kinder ein Pflanzenforscherbuch, das ihnen jetzt erklärt wird (AB8).

Das Pflanzenforscherbuch bietet neben der Projektmappe den Kindern die Möglichkeit, Erlebtes und Erlerntes eigenständig zu dokumentieren. Dies fördert zum einen die Selbstreflexion und eröffnet ihnen zum anderen die Möglichkeit später besser nachvollziehen zu können, was sie gemacht haben. Ihr Forscherbuch können die Kinder frei gestalten, ganz egal ob sie schreiben, malen oder fotografieren – sie halten fest, was ihre Pflanzen so machen!

Im Pflanzenforscherbuch konzentrieren sich die Kinder im Detail auf das Wachstum der Pflanzen und ihre angewendeten Pflegemaßnahmen: Wie viel Wasser habe ich der Pflanze gegeben? Wie oft habe ich das Beet aufgelockert? Wie viel ist die Pflanze in der letzten Woche gewachsen?

**IB2 Mein eigenes Gemüsebeet**

Eigene Pflanzen und Gemüse anbauen ist nicht schwer und bringt großen Spaß! Bei Anbau und Pflege sind einige Punkte zu beachten, damit die Pflanzen gut wachsen und das Gemüse geerntet werden kann. Hier sind die wichtigsten Begriffe erklärt:

- 1. Vorzucht**
  - Manche Pflanzen können vorgezogen werden. Das heißt ihr sät die Samen in kleinen Töpfen und stellt sie im Haus an einen warmen und hellen Platz.
  - Pflanzen werden im Frühjahr, wenn es draußen noch zu kalt ist, vorgezogen.
- 2. Keimung**
  - Der Samen keimt, das heißt es, sprößt eine kleine Jungpflanze mit ersten Keimblättern.
  - Stellt das kleine Pflänzchen zur Gewöhnung regelmäßig nach draußen.
- 3. Umtopfen und Aussetzen ins Freie**
  - Da größer die Pflanze wird, braucht mehr Platz benötigt die Pflanze umher zu entpflegen, also in einen größeren Topf oder ins Beet pflanzen.
  - Beachtet keine Frostgefahr mehr, könnt ihr die Pflanzen in die Erde ins Freie setzen. Bevor einen Bauraum freigelegt hat ist das nach den Einträgen. Das sind bestimmte Tage Ende Mai.
- 4. Pflege**
  - Welcher Standort gut ist, hängt von der Pflanzensorte ab. Manche mögen es sonnig manche sind lieber im Halbschatten.
  - Auch wie viel Wasser die Pflanze braucht, ist von der Sorte abhängig. Gut ist es, das Wasser direkt in die Erde, nicht auf die Pflanze zu gießen.
- 5. Ernte**
  - Wenn Erntzeit ist, hängt von dem jeweiligen Obst oder Gemüse ab.
  - Wenn es so weit ist, guten Appetit beim Essen der eigenen Ernte!

IB Infoblatt 2

**IB3 Tomaten pflanzen und pflegen**

Tomaten selbst anzubauen ist nicht schwer. Beachtet einige Punkte beim Anbau und bei der Pflege, damit es euren Pflanzen gut geht und die Tomaten prachtvoll wachsen.

- Ab März könnt ihr Tomatenansamen säen. Belegt einen Topf mit einer kleinen Schicht Humus und 4-5 cm Erde. Pflanz die Samen ca. 0,5 cm unter die Erde.
- Stellt die Töpfe im Haus an einen warmen und hellen Platz. Tomaten mögen es windstill und sonnig.
- Regelmäßig gießen! Der Boden darf nicht austrocknen, denn Tomatenpflanzen brauchen viel Wasser. Vermeidet Staunässe, denn die Pflanzen sollten nicht im Wasser stehen.
- Wenden die Blätter nach, können sie schnell braun werden und faulen. Am besten ist es, nur die Erde und die Wurzeln zu gießen, nicht die Blätter.
- Be ihr die Pflanze wachsen sehen könnt, kann es ein bisschen dauern: Manchmal wenige Tage, manchmal auch 3 Wochen.
- Die Tomaten sollten erst Ende Mai ins Freie gepflanzt werden. Dann besteht keine Frostgefahr mehr. Vorher könnt ihr eure Pflanzen regelmäßig schon nach draußen stellen, damit sie sich langsam an die frische Luft gewöhnen.
- Tomaten brauchen viel Platz! Für ihre Wurzeln. Im Beet sollte ihr einen Abstand von etwa 50 cm zwischen den einzelnen Pflanzen einhalten. Für den Anbau auf dem Balkon braucht man große Töpfe.
- Damit die Tomaten beim Wachsen nicht abknicken, stützt ihr die Pflanzen an einen Stock binden. Er stützt die Pflanze.
- Die Ernte erfolgt in der Regel ab Anfang Juli.

*Viel Erfolg beim Pflanzen und Pflegen!* *Viel Spaß bei der Ernte!*

IB Infoblatt 3

**AB8, S1 Forscher unterwegs!**

**Das Pflanzenforscherbuch**

Kennt ihr euch mit dem Leben einer Pflanze aus? Was macht sie den ganzen Tag oder nachts, wenn alle schlafen? Was brauchen Pflanzen, damit es ihnen gut geht? Mit eurem Pflanzenforscherbuch geht ihr dem Ganzen auf den Grund.

Beobachtet und dokumentiert, wie ihr eure Pflanze pflegt und wie sie sich entwickelt. So wisst ihr später genau Bescheid, was eure Pflanze braucht, damit es ihr gut geht.

In diesem Buch findet ihr Ideen, was ihr alles in der Pflanzenwelt erforschen könnt. Ihr könnt schreiben, malen und fotografieren.

**Auf geht's!**

AB Arbeitsblatt 8



## KREATIVES GÄRTNERN - DAS EIGENE BEET!



Indem sie dies dokumentieren, können sie später gut nachvollziehen, welche Pflege die erforschte Pflanze benötigt. Haben sie beispielsweise zu viel gegossen, so sahen die Pflanzen womöglich „schlapp“ aus und beim nächsten Mal können sie die richtige Wassermenge vielleicht schon besser abschätzen.



**Tipp!** Stehen die Anzuchtöpfe im Hort und zu Hause, können die unterschiedlichen Standortbedingungen mit in die Beobachtung aufgenommen werden. Wie wirken sich diese auf das Wachstum der Pflanzen aus? Keimen die Pflanzen im Hort genauso gut wie zu Hause?

### 6. Abschlussrunde

In der Abschlussrunde wird noch einmal daran erinnert, wie der Pflegedienst für die Pflanzen aussieht und wie die kontinuierliche Arbeit mit den Pflanzen weitergeht. Dazu finden sich im nächsten Kapitel (C. Weitere Ideen und Variationsmöglichkeiten) Vorschläge.



**Tipp!** Damit das Saatgut keimt, ist die Erde besonders in den ersten Tagen gut feucht zu halten. Möglich ist es auch, im Vorfeld die Samen schon einige Stunden oder Tage in Wasser einzulegen, um die Keimung in der Erde zu beschleunigen.



## C. Weitere Ideen und Variationsmöglichkeiten

### Anlegen eines Beetes

Nun ist eine kontinuierliche Pflege gefragt. Die Tomatenpflanzen sollten nach einigen Wochen in einen größeren Behälter umgetopft werden, so dass sie Platz zum Wachsen haben. Im Mai, wenn es keinen Frost mehr gibt, können die Tomatenpflanzen nach draußen ziehen (siehe IB3).

Auch für viele andere Pflanzen startet dann die Gartensaison im Freien und es kann ein Kräuter- oder Gemüsebeet im Außengelände angelegt werden.

Im ersten Schritt planen die Kinder, wie sie ihr Beet bepflanzen möchten. Dazu wird ein Plan des Beetes auf einem großen Blatt Papier aufgezeichnet. Mit den Informationen, wie viel Platz die einzelnen Pflanzen benötigen, einigen sich die Kinder, wie ihr Beet aussehen soll. Achtung: Nicht alle Pflanzen vertragen sich als Nachbarn! Auch das ist in der Planung zu berücksichtigen.

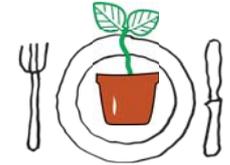
Sofern ein Beet ganz neu angelegt wird oder von Grund auf vorbereitet werden muss, kann der nachfolgende Tipp weiterhelfen.

Bevor die Kinder die Samen (oder Setzlinge) aussäen, ziehen sie eine Saattrinne (Tiefe und Abstand ist von der Pflanzenart abhängig) in die Erde. Um das Wachstum der Pflanzen zu unterstützen, können die





## KREATIVES GÄRTNERN - DAS EIGENE BEET!



Reihen mit Kompost oder Dünger angereichert werden. Hierbei sollte auf ökologisch einwandfreie Produkte geachtet werden, damit die Ernte später ganz unbedenklich ist. Anschließend kommt Erde auf die Samen, die leicht angeedrückt wird.

Nach dem Pflanzen werden die Setzlinge gegossen. Das sollte sehr vorsichtig erfolgen: Ist der Wasserstrahl zu stark, werden die Samen damit möglicherweise wieder aus der Erde herausgespült.



**Tip!** Werden die Beete erst neu angelegt, benötigt das mehrere Tage. Ein Beet neu anzulegen, den Wildwuchs zu entfernen und die Erde zu lockern ist harte Arbeit und braucht Zeit! Wichtig ist das Entfernen des kompletten Wildwuchses – also nicht nur „das Grüne“ ausrupfen, sondern auch die Wurzeln mit ausreißen. Ist eine angemessen große Fläche von den Pflanzen befreit worden, sollte die Erde etwa 30 – 40 cm tief gelockert werden. Jetzt sollte das Beet nicht mehr betreten werden, damit die Erde nicht direkt wieder festgetreten wird.

### Beschriftung der Beete

Ist das Beet fertig, basteln die Kinder Hinweisschilder zu den Pflanzen, die im Beet wachsen werden. Diese können neben den Informationen auch Hinweise zu den Pflanzen enthalten. So ist das Beet gleichzeitig ein kleiner „Lehrgarten“ für alle und nicht nur ein Hinweis, was wächst.

Als Vorlage können die Etikettenrahmen (AB15) genutzt werden. Mit selbstklebender Folie oder einem Laminiergerät können die Schilder wetterfest gemacht werden. Das ist eine Möglichkeit, die Schilder unaufwendig von den Kindern selbst gestalten zu lassen. Laminierte Schildchen sind so fest, dass sie direkt in die Erde gesteckt werden können. Ansonsten können die Kinder aus kleinen Ästen oder Holzspießen Stiele für die Schildchen basteln.

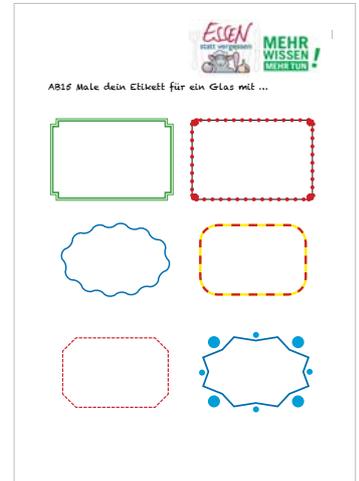
### Weitere Ideen

Warm-up „Der verknotete Gartenschlauch“ (SP3): Kleines Teamwork-Spiel, bei dem die Kinder gemeinsam versuchen, Knoten aus einem „Gartenschlauch“ (Seil) zu lösen.

### Samen schätzen

Den Kindern wird ein Glas voller Samen gezeigt, und sie haben die Aufgabe zu schätzen, wie viele Samen sich in dem Glas befinden – ein gutes und schnelles Spiel für Zwischendurch.

Nehmen Sie große Samen, z. B. weiße Bohnen. Dann ist es etwas leichter, Zahlenwerte anzugeben.



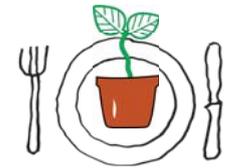
AB Arbeitsblatt 15



SP Spielblatt 3



# KREATIVES GÄRTNERN - DAS EIGENE BEET!



## Weitere Arbeitsblätter

- ▶ **Kräuterdetektive (AB6):** Rätsel zum Kräuter erkennen
- ▶ **Sprossen ziehen (IB9):** Ein Keimglas bauen und im Winter auf die Beobachtung von Pflanzenwachstum nicht verzichten!  
Die Samen brauchen zum Keimen und zur Sprossenentwicklung ein warmes und feuchtes Klima. Da sich auch Bakterien und Schimmelpilze in diesem Klima vermehrt bilden, muss auf eine strikte Hygiene geachtet werden! Deswegen nutzt man für den Bau eines eigenen Sprossenglases besser Stoff aus künstlichen Fasern als aus Baumwolle.  
Außerdem sollte beachtet werden, dass Sprossen nur wenn sie erntefrisch verzehrt werden viele Nährstoffe enthalten. Wichtig ist auch, dass Sprossen nicht gelagert werden können.
- ▶ **Saatgut gewinnen (IB10):** Bei der Ernte schon für die nächste Gartensaison vorsorgen und den Kindern den biologischen Kreislauf (wie aus einer Pflanze wieder neue Pflanzen entstehen) zugänglich machen!  
Wichtige Voraussetzung für die eigene Saatgutgewinnung ist, dass die Obst- und Gemüsepflanzen, von denen Saatgut zurückbehalten werden soll, aus samenfestem Saatgut gezogen wurden. Dafür muss beim Kauf des Saatgutes darauf geachtet werden, dass bei der Sortenbezeichnung der Zusatz samenfest und nicht F1-Hybrid steht.  
Das Arbeitsblatt bezieht sich auf die Gewinnung von Tomatensamen. Natürlich kann auch von jedem anderen Obst oder Gemüse, dass sich durch Samen vermehrt, Saatgut zurückbehalten werden. Dabei sind bei den Obst- und Gemüsesorten allerdings spezifische Eigenschaften zu beachten, die aber in vielen Internetforen ganz einfach beschrieben sind.
- ▶ **Das Hochbeet (IB11):** Gärtnern auf hoch oben!
- ▶ **Der Salatbaum (IB12):** Er erwächst aus Kanalrohr und einem großen Eimer
- ▶ **Der Kräuterturm (IB13):** Gestapelte Kräuter im Topf
- ▶ **Vertikaler Garten (IB14):** Aus Holzpaletten wird ein Beet
- ▶ **Der kleine Acker (IB15):** Kartoffeln aus dem Eimer
- ▶ **Die Obstkiste (IB16):** Ein Garten für drinnen und draußen
- ▶ **Indoor-Hängegärten (IB17):** Pflanzen in Flaschen
- ▶ Für die verschiedenen Stationen gibt es Tischaufsteller (TB4, TB5) und die Anleitung (TB1)

Und noch mehr Spielideen gibt es im Anhang im Kapitel „Weitere Ideen“!

**ESSEN statt vergessen MEHR WISSEN MEHR TUN!**

**AB6 Kräuterdetektive: Welche Kräuter kannst du essen?**

**Aufgabe:**  
Auf dem ersten Blick könnte man denken, Kräuter sehen irgendwie alle gleich aus. Guck! Man genauer hin und unterscheidet sich die verschiedenen Kräuterarten in Aussehen, Geruch und Nutzung. Schau auch die Kräuterblätter genau an und ordnet ihnen die passenden Namen zu. Schreib den jeweiligen Buchstaben der abgebildeten Pflanzen hinter den Namen und vergleiche eure Ergebnisse miteinander.

1. Basilikum      2. Koriander      3. Schnittlauch  
4. Petersilie      5. Sellerie      6. Oregano  
7. Zitronenmelisse

AB Arbeitsblatt 6

**ESSEN statt vergessen MEHR WISSEN MEHR TUN!**

**IB9 Sprossen ziehen**

Pflanzen benötigen Sonnenlicht zum Wachsen. Im Winter scheint die Sonne nur wenig und es ist kalt. Die meisten Pflanzen können zu dieser Jahreszeit nicht wachsen. Du könntest trotzdem gärtnern und eure eigenen Sprossen ziehen.

**Material:**

- ein großes Einmachglas (zum Beispiel ein Saure-Gurken Glas)
- ein Stück Tüll (leichter Stoff aus Chemiefasern)
- ein Gummiband
- Keimsetz (zum Beispiel Samen von Basilikum, Bockshornkraut, Radieschen, Broccoli, Erbsen, ...)

...und es wird es gemacht:

1. **Spüle** das Einmachglas aus.
2. Befülle es mit einem Teelöffel **Samen**.
3. Gieße so viel **Wasser** in das Glas bis es halb voll ist.
4. Lege die **Tüll** auf die Glasöffnung und befestige ihn mit dem **Gummiband**. So entsteht ein Sieb.
5. Manche Samen müssen eingeweicht werden. Lasse das Glas mit Wasser und Samen dafür 8 Stunden stehen.
6. **Spüle die Samen täglich 1-2 Mal mit Wasser.** Fülle dazu Wasser in das Glas und lasse es durch das Tüllsieb wieder abfließen. Stelle das Glas schräg in ein Schüsselchen, so dass das restliche Wasser abfließt. Die Samen sollen nur feucht sein und nicht im Wasser liegen. Das Spülen ist sehr wichtig, damit sich kein Schimmel bildet!
7. **Beobachte deine Samen** Bei manchen Sorten springt der Samen schon nach 1-2 Tagen auf und ein kleiner Spross guckt hervor. Manche brauchen 1 Woche bis sie keimen. Hab Geduld! Wenn du meinst, wenn das Pflanzenfrüchtlein und schreibe oder male, was du beobachtet.
8. **Lege es dir schmecken:** Bevor du die Sprossen isst, spüle sie noch einmal mit Wasser ab. Dreißt noch!

**Tipp:** Sprossen schmecken gut auf einem Butterbrot, im Kräuterquark, zu Kartoffeln und anderen Gemüse oder im Salat!

IB Infoblatt 9

**ESSEN statt vergessen MEHR WISSEN MEHR TUN!**

**IB10 Samen selbst züchten**

Um etwas anzupflanzen braucht man Saatgut, also die Samen von Pflanzen. Denn: Eine Pflanze wächst aus einem Samen. Aber wo kommt der Samen her? Natürlich kann man Saatgut im Supermarkt oder in einer Gärtnerei kaufen. Man kann die Samen aber auch selbst ernten! Zum Beispiel aus Tomaten, aus Möhrenblättern oder aus Erbsenschoten.

**Tomatensamen trocknen**

1. Schneide die Tomate auf. Schneide das Fruchtfleisch, in dem die Samen stecken, in einen kleinen Glas mit Leinwandgaze.
2. Nach ungefähr drei Tagen werden sich die Samen von dem Fruchtfleisch lösen. Wasche sie in einem feinen Sieb sauber.
3. Lege die Samen auf ein Stück Küchenrolle und lasse sie gut trocknen.
4. Bewahre die Samen bis zum nächsten März auf. Dann kannst du sie anpflanzen und dich auf neue Tomaten freuen!

**Wichtig!** Man kann nicht aus jeder Pflanze Saatgut gewinnen. Manche Pflanzen - man nennt sie F1-Hybrid - haben Samen, die nicht keimfähig sind. Das heißt, dass aus diesen Samen keine Pflanze wachsen wird. Du kannst dem Glück versuchen und es einfach ausprobieren. Oder du gehst auf Nummer sicher! Fragt dich, wo du die „Mutter-Pflanze“ (oder ihr Saatgut) gekauft hast, nach.

**Tomate**

Wichtige für Samenziehen: Besetze ein Stückchen von der Tomate mit Samen und bestreue sie mit dem Boden. So kann die gut trocknen und du hast Samen gewonnen!

IB Infoblatt 10



## KREATIVES GÄRTNERN - DAS EIGENE BEET!



### D. Checkliste

#### Vorbereitungen

- Entscheidung, welche Sorten angebaut werden (regionaler Bezug, saisonabhängigkeit)
- Einkauf
  - Saat- und/oder Pflanzgut (Samen/Setzlinge)
  - Pflanzerde (auf den speziellen Verwendungszweck und die Qualität achten, damit das Gärtnern erfolgreich wird)
- Kieselsteine
- Warm-up: Spielfeld vorbereiten
- Großes Plakat mit Informationen zu den Sorten, die gepflanzt werden können, gestalten
- Raum (Stuhlkreis, Arbeitsplätze, Tische) vorbereiten
- Evtl. Tischaufsteller vorbereiten

#### Handouts

- ▶ Pflanzenforscherbuch (AB8)
- ▶ Gärtner Basics (IB2)
- ▶ Pflanzanleitung Tomaten (IB3)
- ▶ Stichpunkte Tomatensorten (IB5)
- ▶ Anzucht in Getränkekartons (IB6)
- ▶ Evtl. weitere Handouts: Kräuterdetektive (AB6), Kreatives Gärtnern (IB9 - IB17), Tischaufsteller (TB4, TB5)

#### Sonstige Materialien

- Leere Getränkekartons
- Wasser zum Gießen und Auswaschen der Kartons
- Untertöpfe für die Anzuchtbehälter
- Dosenlocher
- Kleine Messer
- Bastelmaterialien (Stifte, evtl. auch wasserfeste Stifte, Scheren, Klebe, Pappe, Papier, Prospekte, selbstklebende Folie, Bürolocher...)
- Handfeger und Kehrschaufel

#### Raumsetting

- Stuhlkreis
- Großer Bereich für das Warm-up
- Platz, an dem die Erde umgefüllt werden kann
- Maltisch mit Bastelmaterial, um die Anzuchttöpfe zu verzieren



Das  
**UMSETZUNGSHANDBUCH**  
zum Bildungsprojekt



Modul 4  
**LERNORTBESUCHE**

---

Eine Initiative von

**FIELDS**

Corporate Responsibility

gefördert durch



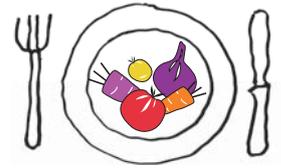
Deutsche  
Bundesstiftung Umwelt

**MEHR  
WISSEN !  
MEHR TUN !**



## Übersicht über die Projektmodule

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



## Besuch in „Anderswo“ – Außerschulische Lernorte



### A. Worum geht es?

Es geht auf Entdeckungsreise! Erforscht werden Orte in der Umgebung, die sich mit dem Erhalt biologischer Vielfalt beschäftigen, alte Sorten anbauen, verkaufen oder verwenden, die etwas mit Biodiversität, Lebensmitteln und alten Sorten zu tun haben. Das können ganz unterschiedliche Lernorte sein: Der Bioladen, ein Bauernhof, der regionale Wochenmarkt oder auch eine Restaurantküche. Die Kinder besuchen diese Orte und nehmen sie ganz genau unter die Lupe. Durch die (gut vorbereiteten) Besuche wird bei den Kindern ein tieferes Verständnis für die Zusammenhänge und ein bleibender Eindruck erzeugt. Und sie entdecken Orte aus der Alltagswelt auf eine neue Weise!

Die Besuche eröffnen den Kindern die Möglichkeit, ihr gerade erworbenes Wissen zu seltenen Sorten praxisnah zu vertiefen und gleichzeitig Anknüpfungspunkte im Alltag zu finden. Ein Mitarbeiter des jeweiligen Lernorts erklärt den Kindern, was genau dort gemacht wird, steht ihnen Rede und Antwort und lässt die Kinder am Arbeitsalltag teilhaben. Wichtig für den Lernprozess ist es, dass die Kinder aktiv in den Lernortbesuch eingebunden sind und sie diesen handlungsorientiert und experimentell erkunden. Sie sollen die Möglichkeit erhalten, Dinge auszuprobieren, Zusammenhänge selbst zu entdecken und ihr Wissen praktisch anzuwenden. Dazu werden die Kinder mit etwas „Forscherequipment“ ausgestattet, zum Beispiel mit Klemmbrettern, Papier, Stiften und einer Fotokamera. Für einige Lernorte werden auch Arbeitsvorlagen erstellt.

Welche Orte sich als Lernorte für das Projekt eignen, ist von der Lage und Anbindung der Einrichtung abhängig. Exemplarisch stellen wir hier vier mögliche Lernorte vor:

Beim Besuch eines **Bioproduzenten** lernen die Kinder die „Produktion“ von Lebensmitteln für den Verkauf hautnah kennen. Sie erleben, wie (seltene) Kulturpflanzen angebaut und gelagert werden, wie sie in die Läden gelangen und wenn möglich auch, wie Nutztierassen aufgezogen werden. Haben die Kinder bereits im Rahmen des Projekts ein eigenes kleines Gemüsebeet angelegt, bekommen sie eine Vorstellung von den unterschiedlichen Dimensionen des Gemüseanbaus (Eigenanbau und Anbau für den Handel).



## IMPULSWORKSHOP – DER STARTSCHUSS!



Während des Besuchs einer **Restaurantküche** haben die Kinder die Gelegenheit, die Arbeitsstätte eines „echten“ Kochs kennenzulernen. Sie gewinnen Einblicke in gastronomische Tätigkeiten insbesondere im Restaurant: vom Kauf der Lebensmittel, über die Verarbeitung, bis zum Servieren. Sie erfahren auch, wie und mit welchen seltenen Lebensmitteln in der Restaurantküche gearbeitet wird.

Im **Bioladen** erforschen die Kinder das breite Obst- und Gemüse-Sortiment des Ladens, erfahren mit welchen Zulieferern das Geschäft zusammenarbeitet und wie das Obst und Gemüse angeliefert und weiterverkauft wird. Sie lernen Nahrungsmittel als Teil der Handelskette kennen: Obst und Gemüse wird angebaut, geerntet, sortiert, abgepackt, vom Produzenten zum Bioladen transportiert, dort ausgeladen, zum Verkauf angeboten und schließlich vom Endverbraucher gekauft. Die Botschaft lautet: Lebensmittel sind nicht einfach „da“. Sie haben eine Geschichte und einen Weg hinter sich, bis sie auf dem eigenen Teller landen.

In ähnlicher Weise eignet sich auch ein **Wochenmarkt** für einen Besuch. Die Kinder erkunden die Stände, entdecken verschiedenste Obst- und Gemüsesorten und können sie vielleicht sogar probieren. Steht eine Kochaktion an, überlegen die Kinder gemeinsam, was sie für das Rezept brauchen und entscheiden, an welchem Stand sie einkaufen.

Da jeder Ort anders ist, muss auch der Ablauf individuell geplant werden. Hier ist die gute Vorbereitung des Besuchs für das Gelingen zentral. Denn nichts ist für Kinder langweiliger, als eine „Führung“ durch einen Ort, in der sie im Wesentlichen Zuhörende sind. Wie der Besuch also genau aussieht und was die Kinder dort entdecken und erfahren können, ist im Vorfeld mit dem Lernort abzustimmen. Möglicherweise ist es sinnvoll, auch noch eine kleine Arbeitsvorlage zu erstellen.

Informieren Sie sich, was für Möglichkeiten es bei Ihnen vor Ort gibt! Und vielleicht entwickelt sich aus einem einmaligen Besuch sogar eine längerfristige Kooperation?



### B. Beispielhafter Ablauf des Moduls

1. Begrüßung und Einstieg (Begrüßung, Vorstellung der anwesenden Personen und des Orts, Klärung der Verhaltensregeln)
2. Erkundung des Lernorts
3. Laufzettel, Aufgaben und Aktivitäten (lernortspezifisch)
4. Auswertung des Laufzettels
5. Abschlussrunde



**Tipp!** Die Vorbereitung der Kinder auf den Besuch sowie die Nachbereitung des Erlebten ist für einen erfolgreichen Lernortbesuch von zentraler Bedeutung. Hierfür sollten zusätzliche Termine eingeplant werden.



### Anleitungen: Aktionen im Detail

#### Ideen für den Besuch beim Bioproduzenten

##### Material

- Stifte
- Papier
- Klemmbretter
- Fotokamera

##### Handouts

- ▶ Erntekalender (IB19)
- ▶ Ggf. Lernort-Skizze für Rallye (AB27), ist vorzubereiten
- ▶ Ggf. Fragen, die bei der Rallye beantwortet werden, sind vorzubereiten
- ▶ Zu Besuch in Anderswo (AB12)

Das übergeordnete Thema beim Bioproduzenten ist die Beschäftigung mit der Produktion und dem Vertrieb von Obst und Gemüse sowie die Haltung von Nutztieren.

Ziele der Einheit sind, dass die Kinder

- ▶ den Unterschied zwischen konventionellen und Bioprodukten verstehen,
- ▶ die Herkunft von Lebensmitteln nachvollziehen können,
- ▶ für regionale und saisonale Angebote sensibilisiert werden.

#### Mögliche Fragen

Jeder Besuch eines Lernorts ist mit den Kindern gut vorzubereiten. Ihnen wird erklärt, wohin sie fahren und was sie dort erwartet. Mögliche Fragen, die im Vorfeld mit den Kindern besprochen und während des Besuchs wieder aufgegriffen werden können, sind:

- Was bedeutet „Bio“? Was ist ein Biohof? Welche Menschen arbeiten dort und was sind ihre Aufgaben? (Unterschied zur konventionellen Produktion)
- Wie verhält man sich auf dem Biohof? (Regeln absprechen)
- Wie wird das Gemüse und Obst geerntet?
- Was bedeutet regional und saisonal? Welches Gemüse und Obst essen die Kinder im Moment? Was wächst gerade? (Zuhilfenahme des Saisonkalenders und IB19)
- Was machen die Menschen auf dem Hof im Winter?
- Wie kommen Lebensmittel vom Feld (oder aus dem Stall) in den Supermarkt?





## Besuch in „Anderswo“ - Außerschulische Lernorte



Ausgehend von den vorbereitenden Gesprächen und sich hier stellenden Fragen können Interviewfragen an die Person des Lernorts vorbereitet werden. So kommen die Kinder gut vorbereitet zum Lernort und der Mitarbeiter des Lernorts hat einen guten Einstieg mit den Kindern. Mit den Kindern kann im Vorfeld abgesprochen werden, wer welche Frage stellt.

### Mögliche Aktionen

Am Lernort angekommen, wird dieser zunächst erkundet. Was befindet sich alles auf dem Hof und wo?

- **Hof-Rallye:** In Kleingruppen erkunden die Kinder den Hof. Sie erhalten eine Skizze des Hofes (AB27) und zeichnen darin ein, wo was zu finden ist. Zudem werden lernortspezifische Fragen beantwortet (z. B.: Wie viele verschiedene Tiere gibt es auf dem Hof und welche sind das?).
- Nach der Rallye gibt es eine kleine Führung über den Hof. In diese kann die Besprechung der Hofskizze/des Lageplans integriert werden. Sofern es besondere Orte auf dem Hof gibt (z. B. zur Weiterverarbeitung von Lebensmitteln), werden diese besucht. Immer sollten die Kinder dazu angeregt werden, nachzufragen. Jetzt haben sie die Möglichkeit, neugierig auf die Dinge zu werden und Zusammenhänge zu verstehen. Dazu ist eine inspirierende Atmosphäre erforderlich, die zum Fragenstellen einlädt.
- Bei der Vorbesprechung des Lernorttermins ist abzusprechen, was konkret die Kinder auf dem Hof machen können, so dass diese eine kleine „Arbeit“ auf dem Hof ausführen. Das kann eine Arbeit auf dem Feld sein, Tiere füttern, den Stall fegen, geerntetes Gemüse in Kisten packen ... Die Kinder erhalten so einen Einblick in das reale Hofleben. Und sie sind erfahrungsgemäß sehr stolz, „richtig“ mitgearbeitet zu haben.
- Sofern in den nachfolgenden Modulen Lebensmittel benötigt werden, können diese Produkte auf dem Hof eingekauft werden (z. B. zum Kochen oder für ein Picknick).



### Nachbereitung des Lernortbesuchs

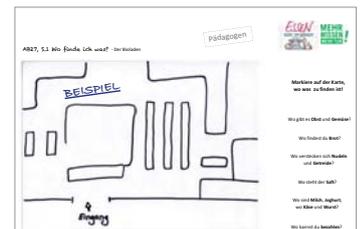
Beim folgenden Projektermin wird der Besuch ausgewertet und reflektiert. Hier werden Erfahrungen aktiviert, Erlebnisse und Informationen vertieft und Wissen wiederholt. Hier können auch die Ergebnisse der Rallye mit einbezogen werden.

Gut geeignet ist das Arbeitsblatt „Zu Besuch in Anderswo“ als Einstieg, denn es aktiviert die Erinnerungen (AB12).

Möglich ist auch eine kreative Phase, in der die Kinder gebeten werden, Bilder des Lernortbesuchs zu malen. Auch dies ist eine Form der Reflexion, denn in der Auswahl der Motive zeigt sich auch, was die Kinder besonders beeindruckt hat. Die Präsentation der Bilder in der Gruppe (und später im Modul Marktstand) bietet gute Anknüpfungsmöglichkeiten für Gespräche und Fragen.

Sofern auf dem Hof Produkte gekauft wurden, werden diese verwendet.

IB Infoblatt 19



AB Arbeitsblatt 27





## Ideen für den Besuch im Bioladen

### Material

- Stifte
- Papier
- Klemmbretter
- Fotokamera

### Handouts

- ▶ Erntekalender (IB19)
- ▶ Lernort Skizze für Rallye (AB27), ist vorzubereiten
- ▶ Liste mit Herkunftsländern (AB28), ist vorzubereiten
- ▶ Fragen, die bei der Rallye beantwortet werden, sind vorzubereiten
- ▶ Karte Herkunftsländer (AB13)
- ▶ Zu Besuch in Anderswo (AB12)

Übergeordnetes Thema im Bioladen ist der Handel mit Lebensmitteln.

Ziele der Einheit sind, dass die Kinder

- den Unterschied zwischen konventionellen und Bio-Produkten verstehen,
- sich im Supermarkt orientieren können,
- die Herkunft von Lebensmitteln nachvollziehen können,
- für regionale und saisonale Angebote sensibilisiert werden.



## Mögliche Fragen

Beim vorbereitenden Projekttermin und als Wiederholung während des Besuchs können folgende Themen und Fragen besprochen werden:

- Was bedeutet „Bio“?
- Was ist ein Bioladen? Gibt es Besonderheiten im Geschäft, die es in konventionellen Supermärkten nicht gibt?
- Wie verhält man sich in einem Supermarkt? (Regeln absprechen)
- Was bedeutet regional und saisonal? Welches Gemüse und Obst essen die Kinder im Moment? Was wächst gerade an Obst und Gemüse in Deutschland? (Zuhilfenahme des Saisonkalenders und IB19)
- Wo kommen die Lebensmittel her? Wie wird ausgewählt, welche Lebensmittel im Laden verkauft werden? Was bedeutet das für uns und unsere Umwelt?
- Wie und wann werden die Produkte geliefert?
- Was passiert mit den Lebensmitteln, die nicht verkauft werden?
- Wie kommen Preise zustande?

Die Kinder können sich außerdem zur Vorbereitung auf den Termin Interviewfragen an eine Person des Lernorts überlegen. So gibt es vor Ort auch direkt einen guten Einstieg mit den Mitarbeitern.



**AB28: Wo kommen unsere Lebensmittel her?**

Erkunde, wo die Lebensmittel im Geschäft herkommen und markiere ihre Herkunft mit einer leuchtenden Farbe auf einer Landkarte!

| Lebensmittel | Herkunft |
|--------------|----------|
|              |          |
|              |          |
|              |          |
|              |          |
|              |          |
|              |          |
|              |          |
|              |          |

AB Arbeitsblatt 28



## Besuch in „Anderswo“ - Außerschulische Lernorte



### Mögliche Aktionen

Der Lernortbesuch verläuft ähnlich wie der bereits oben beschriebene:

- **Kleine Führung:** Wo steht was? Führung durch den Laden und hinter die Kulissen (Kühlraum, Lager). Hier ist Raum für Fragen der Kinder.  
Zur besseren Orientierung können die Kinder eine kleine Skizze erhalten, in die sie die Abteilungen des Supermarkts eintragen können (AB27).
- **Markt-Rallye:** Die Kinder erhalten eine Liste mit Obst- und Gemüsesorten, vielleicht auch Getreide (AB28). Sie begeben sich auf die Suche nach diesen Lebensmittel. Sind sie gefunden, erkunden sie die Herkunft der Lebensmittel.  
Es ist nicht immer einfach, den genauen Herkunftsort der Lebensmittel auf der Verpackung zu finden. Deswegen sollte diese Aufgabe gut vorbereitet sein und nur solche Produkte auf der Liste stehen, bei denen die Herkunft zu identifizieren ist.
- **Verkostung:** Die Produktauswahl im Bioladen bietet sich für eine Verkostung an. Entweder wird mit den Mitarbeitern des Bioladens im Vorfeld besprochen, welche Sorten zur Verkostung angeboten werden oder die Kinder wählen vor Ort aus, was sie nicht kennen und gerne probieren wollen (ggf. ist ein kleines Budget erforderlich). Dann können Geschmäcker beschrieben und Vorlieben benannt werden. Das sensibilisiert den Geschmackssinn.
- **Kleine Tätigkeit:** Im Vorfeld ist abzusprechen, was die Kinder selber tun können. So können sie selbst hinter der Kasse Platz nehmen und kassieren, sie können Produkte in die Regale einräumen, Preisschilder schreiben, ein Regal umräumen.
- Sofern zu einem späteren Projekttermin Produkte benötigt werden, können die Kinder diese **kaufen** (z. B. Mehl einer alten Getreidesorte, das frisch im Laden gemahlen wird). Es kann auch etwas für ein Picknick gekauft werden, das auf dem Rückweg gemacht wird.

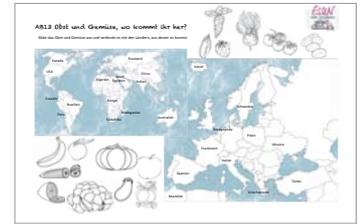


### Nachbereitung des Lernortbesuchs

Bei der Auswertung des Lernortbesuchs werden Erfahrungen aktiviert, Erlebnisse und Informationen vertieft und Wissen wiederholt.

Mögliche Aktivitäten:

- Die Kinder nutzen die Liste mit den Herkunftsländern der Lebensmittel und tragen diese in eine Landkarte ein (AB13).
- Die Ergebnisse (Lernort Skizze, Tabelle mit Herkunftsländern und Landkarte) werden in der Runde verglichen und eventuell auf eine große Karte übertragen. Bezugnehmend auf die Vorbereitung wird besprochen, welches Obst und Gemüse aus Deutschland kommt und gerade hier Saison hat (IB19).
- Feedback-Runde mit dem Handout „Zu Besuch in Anderswo“ (AB12)
- Das gekaufte Produkte wird verwendet (z. B. Waffeln backen)
- Malen des Erlebten



AB Arbeitsblatt 13



**Tip!** Bei einer Verkostung vor Ort sollte darauf geachtet werden, dass die Sorten der Reihe nach probiert werden. Das erleichtert das Vergleichen des Geschmacks.



### Ideen für den Besuch eines Restaurants

#### Material

- Stifte
- Papier
- Klemmbretter
- Fotokamera

#### Handouts

- ▶ Lernort Skizze (AB27), ist vorzubereiten
- ▶ Zu Besuch in Anderswo (AB12)

Das übergeordnete Thema ist hier die Weiterverarbeitung von Lebensmitteln.

Ziele der Einheit sind, dass die Kinder

- einen Einblick in eine Restaurantküche bekommen.
- erforschen, was ein Koch alles macht.
- sehen, wie Lebensmittel professionell weiterverarbeitet werden.



### Mögliche Fragen

Im vorbereitenden Projekttermin und dann erneut während des Besuchs können folgende Themen und Fragen besprochen werden:

- Wer hat schon in einem Restaurant gegessen?
- Was ist dort besonders?
- Wie verhält man sich in einem Restaurant? (Regeln besprechen)
- Wie sieht es in einer Restaurantküche aus? Welche Geräte und Küchenwerkzeuge gibt es in einer Restaurantküche? Wie werden sie benutzt?
- Wer arbeitet alles in einem Restaurant?
- Woher nimmt ein Koch seine Ideen für die Gerichte auf der Speisekarte? Wie wird eine Menükarte erstellt?
- Woher bekommt ein Koch die Zutaten für die Gerichte?
- Wie schafft es der Koch, dass immer alle gleichzeitig ihr Essen bekommen, wenn viele verschiedene Gerichte bestellt wurden?
- Welche besonderen Produkte werden verwendet?
- Was passiert mit den Lebensmitteln, die nicht gebraucht werden?

Zur Vorbereitung auf das Treffen mit dem Koch können die Kinder Interviewfragen vorbereiten.

**ESSEN** statt vergessen **MEHR WISSEN! MITHILFE VON**

**AB12 Zu Besuch in „Anderswo“ - Forscher unterwegs!**

Heute geht es auf Entdeckungsweg! Ihr besucht einen unbekannteren und interessanteren Ort und werdet ihn ganz genau unter die Lupe nehmen.

**Aufgabe:**  
Nehmt Stifte mit, denn heute seid ihr Forscher auf einer spannenden Expedition! Schaut euch ganz genau um und notiert euch, was euch auffällt und was neu für euch ist!

|                                       |                                |
|---------------------------------------|--------------------------------|
| Was habe ich noch nie vorher gesehen? | Es war besonders toll, dass... |
| Ich möchte noch mehr erfahren über... | Überwird hat mich...           |
| Was hat mich verwundert an...         |                                |
| Besonders wichtig war...              |                                |

AB Arbeitsblatt 12



## Besuch in „Anderswo“ - Außerschulische Lernorte



### Mögliche Aktionen

Der Lernortbesuch verläuft nach einem ähnlichen Ablauf, wie bereits oben beschrieben:

- In der Begrüßung stellt der Koch sich vor. Er sagt etwas zu seiner Person, warum er Koch geworden ist etc. Die Kinder stellen (vorbereitete) Fragen an den Koch.
- Die Kinder erhalten eine keine Führung durch das Restaurant und die Restaurantküche. Hier kann gegebenenfalls auch das Handout Lernort Skizze (AB27) genutzt werden, das die Kinder vor Ort ausfüllen (Wo stehen Tische und Theke? Wo ist die Küche, wo sind die Toiletten?)
- Die Kinder unterstützen den Koch bei der Zubereitung eines Gerichts und probieren sich als Küchengehilfen aus.
- Die Kinder sehen sich einen eingedeckten Tisch an und decken die anderen Tische entsprechend.
- Zum Abschluss wird am gedeckten Tisch aus der Restaurantküche ein Gericht aus alten Sorten gegessen (ggf. Budget nötig!). Hier ist auch Zeit für Gespräche und Fragen. Abschließend räumen die Kinder den Tisch ab.



### Nachbereitung des Lernortbesuchs

Auch hier bietet sich das Arbeitsblatt „Zu Besuch in Anderswo“ an (AB12).

Eine kreative Weise der Nachbereitung des Lernorttermins ist das Visionieren eines „Traum-Restaurants“. Wie sähe es aus, wie wäre es dekoriert und was gäbe es zu essen? Passend dazu können Bilder gemalt, Dekoration gebastelt und Rezepte bzw. Menükarten geschrieben werden.



### C. Weitere Ideen und Variationsmöglichkeiten

**Tipp!** Die besten Ideen, was mit den Kindern in der Vor- und Nachbereitung gemacht werden kann und was vor Ort passiert, kommen bestimmt bei direkten Gesprächen mit den Mitarbeitern des Lernorts zustande.



### Bewegungsspiel 1, 2 oder 3 (SP4)

Dieses Spiel vereint Bewegung, Spaß und Wissen! In dem Fragenkatalog im Anhang sind einige Beispielfragen aufgeführt, die um Fragen rund um den Lernort Besuch ergänzt werden können.

Und noch mehr Spielideen gibt es im Anhang im Kapitel „Weitere Ideen“!



## Besuch in „Anderswo“ - Außerschulische Lernorte



### D. Checkliste

#### Vorbereitungen

Der Lernort sollte möglichst im Voraus besucht werden: So können die Kontaktperson und die örtlichen Gegebenheiten kennengelernt und Ideen entwickelt werden, welche Aktionen machbar sind. Auch kann der Ablauf des Projektermins besprochen werden. Die Planung des Termins und der Aktivitäten vor Ort sind das A und O für einen erfolgreichen Besuch mit handlungsorientierten Aktionen!

#### Absprache mit dem Lernort

- Datum und Uhrzeit des Lernortbesuchs
- Themen, die für die Kinder im Rahmen des Projekts Relevanz haben
- Entwicklung möglicher handlungsorientierter Aktivitäten, Absprache erforderlicher Vorbereitungen
- Planung des Ablaufs
- Anzahl der Begleitpersonen
- Verhaltensregeln vor Ort
- Besondere Kleidung (robustes Schuhwerk, Kleidung, die schmutzig werden darf)
- Aufwandsentschädigung

#### Weitere Vorbereitungen

- Einverständnis der Eltern
- Verpflegung
- Klärung der An- und Abreise (Fahrtkosten)

#### Handouts

- ▶ Zu Besuch in Anderswo (AB12)
- ▶ Karte Herkunftsländer (AB13)
- ▶ Erntekalender (IB19)
- ▶ Passend zum Lernort erstellte Fragebögen oder Laufzettel
- ▶ Lernort Skizze (AB27), ist vorzubereiten
- ▶ Liste mit Herkunftsländern (AB28), ist vorzubereiten
- ▶ Fragen, die bei einer Rallye beantwortet werden, sind vorzubereiten

#### Sonstige Materialien

- Stifte
- Klemmbretter
- Papier
- Fotokamera
- Aufnahmegerät
- Evtl. Verpflegung oder Geld für einen Einkauf
- Evtl. kleines Dankeschön für den Lernort
- Fahrkarten



Das  
**UMSETZUNGSHANDBUCH**  
zum Bildungsprojekt



Modul 5  
**MARKTSTAND**

---

Eine Initiative von

**FIELDS**

Corporate Responsibility

gefördert durch



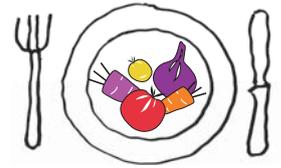
Deutsche  
Bundesstiftung Umwelt

**MEHR  
WISSEN !  
MEHR TUN !**



## Übersicht über die Projektmodule

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



Jetzt geht's in die Produktion -  
unser eigener Marktstand!



### A. Worum geht es?

Kinder wollen mitteilen, was sie wissen und zeigen, was sie können! Handeln in der „Echtwelt“ und aus dem geschützten pädagogischen Raum hervortreten, das macht den Kindern großen Spaß, ermöglicht die Selbstwirksamkeitserfahrungen und erhöht das Selbstbewusstsein.

Genau das ist mit einem eigenen Marktstand möglich. Die Kinder sind aktiv in die Präsentation der Projektergebnisse eingebunden. Sie erleben sich als „Produzenten“, wenn sie selbst hergestellte Produkte anbieten. Sie geben ihr Wissen und ihre Erfahrungen über alte Sorten weiter und berichten über ihre Erlebnisse im Projekt. Das stärkt nicht nur ihre Präsentationsfähigkeit. Die Kinder tragen auch dazu bei, für das Thema biologische Vielfalt zu sensibilisieren: Sie führen am Marktstand Gespräche dazu, und alte Sorten können im Verkostungsparcours von den Marktbesuchern neu entdeckt werden.

Ein Marktstand will gut vorbereitet sein. So sind im Vorfeld noch einmal die zentralen Informationen über das Projekt und über alte Sorten mit den Kindern zusammenzutragen. In einem kleinen Rollenspiel kann die Situation am Marktstand erprobt werden. Für eine ansprechende Standgestaltung können Dekorationen und Informationsmaterialien gebastelt und gestaltet werden. Auch die Produkte, die gezeigt oder verkostet werden sollen, müssen vorbereitet werden. Deswegen sollte bei diesem Modul genug Zeit für die Vorbereitung eingeplant werden.

Vorbereitung und Aufbau eines Standes auf einem Wochenmarkt haben weitere organisatorische Anforderungen. Die Genehmigung für einen Standaufbau ist einzuholen, und die hygienischen Regelungen sind zu berücksichtigen. Insbesondere, wenn Produkte gegen Spenden abgegeben werden und verkostet wird.

Auch wenn das auf den ersten Blick aufwendig wirkt – es lohnt sich! Das zeigt sich, wenn Sie sehen, mit wie viel Freude die Kinder am Marktstand agieren und Sie mitbekommen, wie viele Informationen sich die Kinder gemerkt und nun ganz selbstverständlich den Marktbesuchern erzählen. Und auch für Ihre Einrichtung ist ein Marktstand sehr öffentlichkeitswirksam. Die Menschen aus Ihrem lokalen Umfeld erfahren, was für interessante Projekte Sie realisieren.







Jetzt geht's in die Produktion -  
unser eigener Marktstand!



## 2. Warm-up „Marktverkäufer“

### Handouts:

- ▶ Anleitung SP5

Auflockerungsspiel zum Thema Markt und Verkauf

Ein kleines Warm-up trägt dazu bei, die Kinder für ihre Tätigkeit am Marktstand zu motivieren. Sie versuchen ein Produkt an die Marktbesucher (die anderen Kinder) zu „verkaufen“, in dem sie es beschreiben ohne den Namen zu nennen. Die Gruppe versucht zu erraten, um welches Produkt es sich handelt.

## 3. Vorbereitung des Marktstands

### 3a. Zubereitung der Produkte

Auf einem Marktstand werden Waren angeboten, sei es zur Verkostung, als Geschenke oder zum Verkauf. Haus- und Handgemachtes wecken oft besonderes Interesse bei den Marktbesuchern und bieten gleichzeitig eine tolle Möglichkeit für die Kinder, das bereits Erlernete anzuwenden. So können leckere, ungewöhnliche und auch ganz simple Rezepte ausprobiert, Produkte „zur Vermarktung“ ansprechend angerichtet oder verpackt und mit Etiketten (AB15) versehen werden.

Hier ist die Lagerfähigkeit der Lebensmittel zu berücksichtigen. Einige Produkte haben nur eine kurze Haltbarkeit. Nachfolgend einige Beispiele für spannende Produkte:

- ▶ Quittenmarmelade
- ▶ Eingemachte Tomatensoße oder Tomatenketchup (RB9)
- ▶ Pastinakenchutney (RB15)
- ▶ Spinatgemüse aus Beinwell, Zaungiersch, Großer Klette und Rotem Wiesenklees
- ▶ Brennnessel-Buttermilch-Suppe
- ▶ Quark mit Wildkräutern (z. B. Giersch, Knoblauchrauke, Kleiner Wiesenknopf, Gundermann)
- ▶ Portulak-Creme
- ▶ Wildkräuterbrotaufstriche
- ▶ Wildkräutersalz, -essig und -öl
- ▶ Mizuna-Mandel-Pesto
- ▶ Löwenzahn-Pekan-Pesto
- ▶ Getränke, zum Beispiel selbstgemachte Zitronen-Minze-Limonade (RB14) oder Saft aus verschiedenen Apfelsorten.

Außerdem eignen sich Gerichte, die von den Kindern schon einmal in einem anderen Modul hergestellt wurden, zum Beispiel Kräuterquark (RB1) oder die Möhrengerichte (RB3).



SP Spielblatt 5





## Jetzt geht's in die Produktion - unser eigener Marktstand!



Gibt der saisonale Obst- und Gemüsemarkt nur wenig her, können auch alte Getreidesorten wie Dinkel oder Kamut verwendet werden, um zum Beispiel am Stand Waffeln (RB11, RB12) zu backen oder selbsthergestelltes Knäckebrötchen (RB10) anzubieten.

Ist die Zeit zur Vorbereitung begrenzt, eignet sich als Angebot natürlich auch reines Obst und Gemüse, zusammen mit einem Infokärtchen über die Sorte und mögliche Rezepte. Hier können verschiedene Sorten zum Probieren angeboten werden und ein Geschmackstest veranstaltet werden. Dazu können eventuell auch die Arbeitsblätter Tomaten-, Möhren- oder Apfelgeschmackstest (AB4 -6) genutzt werden.



**Tipp!** Ist gerade Start der Gartensaison, können auch eigens vorgezogene Pflanzen, wie Tomatensetzlinge, angeboten werden. In Anzuchttopfen aus recycelten Materialien (IB6) werden sie zu echten Hinguckern! Und die Marktbesucher werden zu „Tomatenrettern“ von alten Sorten! An Gartenanfänger können die „Gärtner Basics (IB2) und die „Pflanzanleitung Tomaten“ (IB3) ausgeteilt werden.



**Tipp!** Es sollte so viel vorbereitet werden, dass eventuell auch die Kinder etwas von ihren Produkten haben, sie probieren oder etwas mit nach Hause nehmen können.

### 3b. Basteln der Dekoration und Info

Beim Herstellen der Standdekoration sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt! Und viele Kinder lieben das Basteln. Hier ein paar Anregungen ...

- Einladungskarten gestalten
- Infoschilder zu den Produkten schreiben
- Rezepte schreiben (AB14)
- Plakate zum Projekt erstellen
- Wimpel-Girlanden basteln (AB16)
- Tischaufsteller (TB1, TB2 - 10)



**Tipp!** Die Realisierung des Marktstandes kann sehr gut auch in Kooperation mit lokalen Partnern erfolgen. So kann eine Naturschutzorganisation einen Infostand zum Thema Biodiversität aufbauen oder Informationsmaterialien dazu zur Verfügung stellen. Hier sind weitergehende Gespräche mit Marktbesuchern möglich.



**Tipp!** Erfahrungsgemäß haben die Marktbesucher großes Interesse an den Rezepten für die vorgestellten Produkte und Sorten. Rezeptblätter (RB1 - 15) oder eine kleine Rezeptsammlung mit Gerichten (RB16), die während des Projekts gekocht wurden sind sehr gerne genommene Informationen, die am Marktstand nicht fehlen sollten. Auch die Sorten Informationsblätter IB18 und IB22- IB30 können für die Besucher interessant sein!

| ESSEN statt vergessen MEHR WISSEN! MEHR TUN! |  |
|--|--|
| <br>Braeburn                                 |  |
| <br>Golden Delicious                         |  |
| <br>Granny                                   |  |
| <br>Tessota, Elsbett                         |  |
| Weitere Sorten                               |  |

AB Arbeitsblatt 4

| ESSEN statt vergessen MEHR WISSEN! MEHR TUN! |  |
|--|--|
| <br>weiße Möhre                              |  |
| <br>gelbe Möhre                              |  |
| <br>orange Möhre                             |  |
| <br>lila Möhre                               |  |

AB Arbeitsblatt 5





Jetzt geht's in die Produktion -  
unser eigener Marktstand!



### C. Weitere Ideen und Variationsmöglichkeiten

Sofern Sie eine Buttonmaschine zur Verfügung haben, können die Marktbesucher unter Anleitung der Kinder Buttons mit Motiven alter Nutzpflanzen und Nutztierassen stanzen (AB26) Das lockt Besucher an den Stand und bietet die Gelegenheit, miteinander ins Gespräch zu kommen.

Die Kinder präsentieren ihre Projektmappen mit den ausgefüllten Arbeitsblättern und den gemalten Bildern in einer kleinen Ausstellung zum Projekt.

Auch Spiele und Rätsel können am Markttag angeboten werden:

- ▶ Bewegungsspiel 1, 2 oder 3 (SP4)
- ▶ Geruchs- und Geschmacksmemory (SP6)
- ▶ Sortenmemory (SP7)
- ▶ Gemüse- und Obstsortenabfrage (AB1, AB2)
- ▶ Verkostungsparcours (IB21)
- ▶ Ausmalbilder und Rätsel (AB17 - 21)
- ▶ Auf Spurensuche (AB7): Interview zu alten Sorten und Rezepten
- ▶ In einem kleinen Apfel (AB29): Lied und Rätsel

Und noch mehr Spielideen gibt es im Anhang im Kapitel „Weitere Ideen“!



### D. Checkliste

#### Vorbereitungen

- Terminfindung und gegebenenfalls Genehmigung für den Marktstand einholen
- Einladung zum Marktstandbesuch verfassen (Eltern, Verwandte, Freunde, Nachbarschaft,...)
- Einkauf
  - Zutaten für Produkte, die verkauft/verschenkt werden
  - Evtl. Zutaten für den Verkostungsparcours
  - Evtl. Sorten für den Geschmackstest (z. B. verschiedene Apfel- Möhren- oder Tomatensorten)
  - Evtl. Obst und Gemüse (je Sorte zwei Stück) für das Sortenmemory/Geschmacks- und Geruchsmemory
- Raum (Stuhlkreis, Arbeitsplätze, Tische) vorbereiten



Jetzt geht's in die Produktion -  
unser eigener Marktstand!



### Handouts

- ▶ Dein eigener Marktstand (IB20)
- ▶ Rezepte/Rezeptsammlung (RB1-RB16)
- ▶ Leere Rezeptvorlage (AB14)
- ▶ Etikettenvorlage (AB15)
- ▶ Wimpel-Girlande (AB16)
- ▶ Evtl. weitere Handouts: Geschmackstest (AB3/AB4/AB5), Gemüsesortenabfrage (AB1/AB2), Infolyer zum Projekt (KM2, KM3), weiteres Infomaterial, Auf Spurensuche Interview (AB7), Ausmalbilder und Rätsel (AB17 - AB22), Buttonvorlage (AB26), In einem kleinen Apfel (AB29), Gärtner Basics (IB2), Tomaten Pflanzanleitung (IB3), Anzucht in Getränkekartons (IB6)
- ▶ Evtl. Spielanleitungen (SP4, SP6, SP7)

### Sonstige Materialien

- Großer Tisch als Marktstand
- Bastelmaterialien (Stifte, Scheren, Klebe, Pappe, Papier, Bürolocher, Schnur für Girlanden ...)
- Evtl. Tischaufsteller (TB)
- Evtl. Einmachgläser oder andere Behältnisse zur Aufbewahrung der Produkte bis zur Veranstaltung des Marktstandes und zum Verschenken/Verkaufen
- Vorbereitete Produkte und Zutaten im Rohzustand
- Plakate zum Projekt und den Rezepten
- Schalen, Teller, Besteck für die Verkostung
- Kochutensilien zur Vorbereitung der Produkte (je nach Zutaten zu definieren) und zum Schneiden der Probierstückchen (Brettchen, Messer etc.)
- Undurchsichtige Becher oder Schälchen für das Sortenmemory
- Döschen, Klebeband und undurchsichtigen Stoff für das Geruchsmemory
- Mülltüten
- evtl. große Sonnenschirme oder Pavillon/Plane (gegen Regen)
- Servietten
- Pflaster (für den Notfall)

### Raumsetting für den Vorbereitungstermin

- Küche mit Koch- und Spülmöglichkeit
- Stuhlkreis
- Kochtische, die mit den Küchenutensilien gedeckt sind
- Maltisch

### Raumsetting für den Markttag

- Platz für den Stand
- Evtl. Sonnen- oder Regenschirme/Pavillon aufbauen
- Evtl. Plakate aufhängen

Das  
**UMSETZUNGSHANDBUCH**  
zum Bildungsprojekt



Modul 6  
**KOCHEN MIT ELTERN**

---

Eine Initiative von

**FIELDS**

Corporate Responsibility

gefördert durch



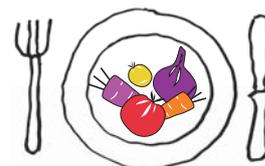
Deutsche  
Bundesstiftung Umwelt

**MEHR  
WISSEN !  
MEHR TUN !**



### Übersicht über die Projektmodule

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



## Kochen mit Eltern – Die Kinder übernehmen!



### A. Worum geht es?

Dieses Projektmodul besteht aus einem kleinen Koch-Workshop, bei dem die teilnehmenden Kinder zusammen mit ihren Eltern kochen. Das Besondere hierbei: Sie tauschen ihre Rollen. Heute leiten die Kinder ihre Eltern beim Kochen an. Für die Kinder bietet sich so einerseits die Möglichkeit Kochtechniken weiter zu üben und ihre erlernten Fähigkeiten auszubauen. Andererseits erleben sie durch das aktive Anleiten auch, wie viel sie bei den vorherigen Terminen schon gelernt haben. Parallel werden durch diesen Termin die Eltern der Kinder aktiv in das Projekt „Essen statt vergessen“ einbezogen. Durch das Kochevent erfahren sie auf praktische Art und Weise, was ihre Kinder in dem Projekt alles gemacht und gelernt haben und erleben sie in ihren Aktivitäten. Sie kommen auch mit alten Sorten in Berührung und werden für den sinnstiftenden Nutzen biologischer Vielfalt sensibilisiert.

Nicht immer klappt es, die Eltern zu einem Kochtermin einzuladen – aus ganz verschiedenen Gründen. Eine schöne Alternative ist es, eine andere Kindergruppe aus dem Hort einzuladen. Hier wirkt dann auch der so erfolgreiche Peer-to-Peer Ansatz: Kinder lernen voneinander. Die Kinder der Projektgruppe zeigen als „Experten“, was sie gelernt haben. Die eingeladenen Kinder wiederum kommen gleichzeitig in Kontakt mit alten Sorten und üben sich im Kochen. Das bringt allen Spaß!

Im Zentrum des Termins stehen das Kochen und das gemeinsame Essen. Zu Beginn erzählen die Kinder, was sie mit ihren Gästen geplant haben. Dazu beschreiben sie die Gerichte, die zubereitet werden sollen, mit den entsprechenden Zutaten und Rezepten. Es sollte deutlich werden, dass heute die Kinder Chefkoch sind.



**Tipp!** Je intensiver sich die Kinder im Voraus mit den Gerichten und Zutaten beschäftigen, desto besser können sie die Zubereitung anleiten und das Kochen klappt.

Damit die Kinder selbstbewusst anleiten können, sollten Lebensmittel und Rezepte ausgesucht werden, die die Kinder während des Projekts bereits kennengelernt haben. Schön ist es, ein leckeres Gericht oder sogar ein einfaches 3-Gang Menü zuzubereiten (zum Beispiel: Salat aus alten Tomatensorten, Ofenmöhren mit Kräuterquark, Kamutwaffeln). Je ungewöhnlicher die verwendeten Sorten sind, desto mehr werden die Gäste staunen und dementsprechend stolz die Kinder sein.





## B. Beispielhafter Ablauf des Moduls

1. Begrüßung und Einstieg
2. 2. Gemeinsames Kochen
3. 3. Gemeinsam Essen und Aufräumen



## Anleitungen: Aktionen im Detail

### 1. Begrüßung und Einstieg

Die Kinder stellen den Gästen vor, was sie heute vorhaben und teilen die vorbereiteten Rezepte aus. Diese werden gemeinsam besprochen und die Vorgehensweise geklärt. Anschließend werden Kochteams gebildet, in denen sich die „Chefköche“ mit ihren Gästen zusammenfinden.



**Tipp!** Die Gäste erhalten die Rezepte oder eine Menükarte. Sind zusätzliche Informationen zu den Sorten, mit denen gekocht wird, darin enthalten, wird der Hintergrund der Kochaktion noch einmal deutlicher. Die Sorten Informationsblätter (IB18 und IB22 - 30) können hier von Nutzen sein.

### 2. Gemeinsames Kochen

Die einzelnen Gerichte werden unter Anleitung der Kinder gekocht. Parallel wird der Tisch gedeckt. Wenn eine Gruppe fertig ist, kann der Tisch auch noch schön dekoriert werden.



**Tipp!** Auch Getränke sollten beim anschließenden gemeinsamen Essen nicht fehlen. Wie wäre es, in Glaskaraffen verschiedene Limonaden aus Wasser, Kräutern und Obst zuzubereiten? Das schmeckt gut, ist gesund und sieht dazu noch sehr dekorativ aus! Ideen liefert das Rezeptblatt RB14.

### 3. Gemeinsam Essen und Aufräumen

Die Tafel wird durch die Projektleitung eröffnet. Gemeinsame wird gegessen, geredet und schließlich natürlich auch aufgeräumt.



## C. Weitere Ideen und Variationsmöglichkeiten

Zur Vorbereitung des Termins können einige kreative Ideen umgesetzt werden:

- ▶ Es können Plakaten mit den Rezepten, die zum Einsatz kommen, gestaltet werden. Neben der Abbildung der Rezepte können diese auch bildlich gezeigt werden. Dafür können die Kinder große Bilder malen.
- ▶ Die Menükarten, die an die Eltern verteilt werden, können künstlerisch gestaltet werden. Auch können zusätzliche Informationen zu den Sorten, mit denen gekocht wird, beschrieben werden. Dann wird der Hintergrund des Projekts noch einmal deutlicher.

**IB18 Tolle Knolle!**  
Wie oft isst du Kartoffeln oder Kartoffelprodukte? Bestimmt mehrmals in der Woche, oder? Und wie häufig landen rote oder blaue Kartoffeln auf deinem Teller?

Kartoffeln gibt es in vielen verschiedenen **Formen** und **Farben**, darunter weiße mit weißlichem Fleischfleisch, Kartoffeln in allen Größen, rötliche wie sogar dunkel blaue Kartoffeln. Man nennt sie nie rot oder weiß, manchmal langgestreckt. Doch unterscheiden sich die Sorten nicht nur im Aussehen, sondern auch im **Geschmack**. Generell unterscheiden man zwischen **gelblichgelben** Kartoffeln, die schmecken **perfekt** und **festbackenden** Kartoffeln, die ihre Struktur behalten. Wichtig ist es über **4000 Sorten** in Deutschland auszuwählen nur eine Zeit für den Verkauf zugelassen.  
Wer hätte das gedacht!

- In **10. Jahrhundert** kam die Kartoffel von Südamerika nach Deutschland.
- Die Kartoffel hat besonders schöne **Blüten** und spendet dadurch, sie hat nur eine Zierfunktion.
- Weltweit werden **300 Millionen Tonnen** Kartoffeln im Jahr geerntet. Wird weltweit geerntet. Meistens für **Papier- und Klebstoffproduktion**.
- Die Kartoffel ist **17%** Wasser. In anderen ist es **nur 10%**.
- Die **Blütenblätter** in gelber oder weißer Farbe, die die Pflanze und nicht miteinander verwandt. Dafür ist die Kartoffel ein Nachbarn der Gabeln aber mit der **Tomate** verwandt.
- Kartoffeln essen wir das ganze Jahr, gemacht werden sie im Herbst und nur im **Ende des Oktober**.
- **Beaberger Mischel** ist auch eine tolle Kartoffelsorte und sehr eine der ältesten.

IB Informationsblatt 18

**IB23 Esbare Blüten!**

Blüten als Zutat in der Küche waren im Mittelalter keine Selbstenheit. Schon damals sollen sie den Teller bereichert haben.

- Blüten sind nicht nur eine schöne, edlere Dekoration am Tellerrand und auf Gerichten, sie sind auch sehr gesund, da sie viele Vitamine und Mineralien enthalten.

**Esbare Sorten**

- Gämsblümchen (bitter, süßig)
- Kapuzinerkresse (scharf/süßig)
- Veilchen
- Karminrose
- Löwenzahnblüten
- Zucchiniblüten
- Borretschblüten
- Händchenblüten
- Dillgeranien
- Stiefmütterchen

Aber Vorsicht: Nicht alle Blüten sind essbar. Möchte man selber pflücken, ist wie bei Früchten besonders Vorsicht geboten.

**Rezeptideen**

- Wildschirmpurk
- Gefüllte Zucchiniblüten
- Ausgetrocknete Blütenblüten in Pfannkuchenteig
- Suppe (z. B. aus Nelken- oder Löwenzahnblüten)
- Wildkräuter- oder Nesseltee
- Blütenbutter

IB Infoblatt 23



- ▶ Sehr viel Spaß macht auch das Basteln von Tisch- und Raumdekoration. Wer kennt welche Tischdekoration? Welche verrückten Möglichkeiten der Tischgestaltung fallen den Kindern ein? Welche Tischdekoration passt zu dem Gericht, das zubereitet wird? Die Ausbaumöglichkeiten: Namenskarten, Serviettenfalttechniken, Tischgestecke ...
- ▶ Die Kinder gestalten eine phantasievolle Einladungskarte, die sie ihren Eltern (oder der anderen Gruppe) übergeben. Das gibt dem Ganzen einen offiziellen Charakter.



**Tipp!** Bei der Einladung der Eltern darauf hinweisen, dass Behältnisse mitgebracht werden können für den Fall, dass nicht alle Gerichte aufgegessen werden.

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



### D. Checkliste

#### Vorbereitungen

- Einladung an die Eltern
- Einigung auf Rezept
- Einkauf
  - Zutaten für die Gerichte
- Raum (Stuhlkreis, Arbeitsplätze, Tische) vorbereiten
- Evtl. Plakat mit Rezepten

#### Handouts

- ▶ Rezeptblätter
- ▶ Evtl. Menükarte

#### Sonstige Materialien

- Kochutensilien, je nach Speise zu definieren (Brettchen, Messer, Sparschäler, Reiben,
- Kartoffelstampfer, große Schüsseln, Töpfe, Backblech, Schürzen)
- Geschirr und Besteck zum gemeinsamen Essen
- Gläser und Karaffen für Getränke
- Küchenrolle und Servietten
- Pro Kochtisch einen Abfallbehälter für Küchenabfälle
- Tisch- und Raumdekoration
- Pflaster
- Gefäße/Dosen, falls Essen übrig bleibt

#### Raumsetting

- Stuhlkreis
- Küche mit Koch- und Spülmöglichkeit
- Platz zum gemeinsamen Essen (lange Tafel)
- Kochtische, die mit den Küchenutensilien gedeckt sind





Das  
**UMSETZUNGSHANDBUCH**  
zum Bildungsprojekt



**WEITERE IDEEN**

---

Eine Initiative von

**FIELDS**

Corporate Responsibility

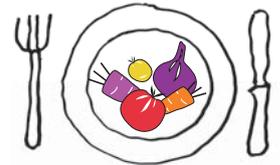
gefördert durch



Deutsche  
Bundesstiftung Umwelt

**MEHR  
WISSEN!  
MEHR TUN!**





## Weitere Arbeitsmaterialien, Spiele und Anregungen



### Beschreibung

Die in den Modulen beschriebenen Aktivitäten füllen zwei Stunden sehr gut aus. Manchmal aber ist der Inhalt für diesen Zeitraum auch zu viel. Sind die Kinder sehr interessiert, haben viele Fragen und Gesprächsbedarf, so sollte genügend Zeit dafür gelassen werden. Motivation ist die beste Basis für Lernen. Weniger ist manchmal mehr, und die Inhalte können auch an einem anderen Termin weiter bearbeitet werden.

Es gibt auch sehr schnelle Gruppen bzw. Kinder. So ist es gut, immer ein paar Ideen vorrätig zu haben. Deshalb stellen wir hier verschiedene Materialien, Spiele und Aktivitäten vor, die die Kinder teils eigenständig, teils mit Anleitung bearbeiten können. Sie haben allgemeineren Charakter und passen zu jedem Modul. Daher können sie zwischendurch einfließen oder an einem extra „Aktionstag“ ausprobiert werden.



### Hier ist Kreativität gefragt!

#### Malen, Basteln und Rätseln

Einfaches Malen der durchgeführten Aktivitäten (z. B. Bild verschiedener Tomatensorten, Bilderanleitung zur Herstellung eines Kräuterquarks) macht Spaß, aktiviert die Erfahrungen und bietet Anlässe, miteinander ins Gespräch zu kommen. Ganz nebenbei wird zudem die Selbstreflexion der Kinder gestärkt und Gelerntes auf spielerische Weise wiederholt.

Die Kinder können einzeln Bilder malen oder auch als Gruppe Plakate gestalten, die z. B. am Markttag ausgestellt werden können.

In den Anlagen befinden sich einige Arbeitsblätter zum Ausmalen, Basteln und Rätseln. Diese können an einem „Maltisch“ ausgelegt werden und ohne Anleitung von den Kindern bearbeitet werden.

- ▶ Ausmalbild (AB17)
- ▶ Malen nach Zahlen (AB18)
- ▶ Leerer Einkaufskorb - Basteln mit alten Zeitungen (AB19)
- ▶ Kräuterdetektive (AB6): Bilderrätsel mit Kräutern, macht am meisten Spaß, wenn die Kräuter auch wirklich auf dem Tisch stehen, gerochen und probiert werden können. Lösungen: 1. B | 2. A | 3. G | 4. D | 5. F | 6. E | 7. C



AB Arbeitsblatt 8



AB Arbeitsblatt 7





## Weitere Arbeitsmaterialien, Spiele und Anregungen



- ▶ Rätselgitter - Buchstabensalat (AB20)
- ▶ Essen statt vergessen - Kreuzworträtsel (AB21)
- ▶ Kreuzworträtsel: Küchenwerkzeug (AB22)
- ▶ Infobild Pflanze (AB23)
- ▶ Auf Spurensuche (AB7): Interview mit Freunden und Verwandten

### Gedicht oder Lied zum Thema (AB29)

Alte Sorten passen nicht nur gut in die Küche und den Garten, über sie lassen sich auch Gedichte oder Lieder schreiben. Diese kreative Auseinandersetzung mit dem Thema Sortenvielfalt fördert zum einen die Selbstreflexion und verfestigt zum anderen das Thema bei den Kindern. Reimen mit lustigen Obst- und Gemüseamen oder auch Erfahrungen der Kinder mit den alten Sorten lassen sich spielerisch in einem Gedicht oder Lied festhalten.

### Leg-Domino für Wurzelgemüse (SP9)

Dieses ruhige Spiel folgt den klassischen Regeln von Domino. Kinder erhalten kleine Bildkarten von verschiedenen Wurzelgemüsen, malen diese aus und versehen die Karten mit den passenden Namen. Spielerisch erfahren die Kinder am Beispiel von Wurzelgemüse, wie viele unterschiedliche Sorten es selbst innerhalb einer Pflanzenfamilien gibt – und unser Domino zeigt nicht mal alle existierenden Wurzelgemüsesorten! Die Anleitung zum Spiel steht auf dem Handout SP9.



### Spiele, die die Sinne anregen!

#### Geschmacks- und Geruchsmemory (SP6)

Unterschiedliche Obst- und Gemüsesorten sind oft mit dem Auge leicht zu erkennen, aber wie sehr ist der Geschmacks- und Geruchssinn der Kinder sensibilisiert? Mit verbundenen Augen haben die Kinder die Aufgabe, Obst- und Gemüsesorten zu erraten. Hier sind die Sinne gefragt.

Eine Anleitung und ein Handout für die Kinder liefert SP6.

#### Sortenmemory (SP7)

Dieses Spiel funktioniert nach dem Memory-Prinzip, enthält aber anstelle von Bildkarten echte Obst- und Gemüsesorten als Pärchen. Das Schwierige: Zwei Tomaten sind nicht gleich ein Pärchen. Sie sind es nur, wenn sie zur selben Sorte gehören. Der Schwierigkeitsgrad des Spiels ist variabel, je nach dem wie viele Pärchen es gibt, welches Obst und Gemüse ausgewählt wird und wie viele unterschiedliche Sorten einer Art im Spiel sind.

Die Anleitung zum Spiel steht auf dem Handout SP4.

**AB29, S.1 In einem kleinen Apfel**

In einem kleinen Apfel (Stücklied), Strophen 1

2. In jedem Stübchen wohnen zwei Kerne klein und klein. Sie schlafen dort und träumen vom warmen Sonnenschein.

3. Und alle Apfelkerne, die haben diesen Traum, dass einst aus ihnen werde ein neuer Apfelbaum.

4. Wenn wir den Apfel essen, dann kommen sie heraus. Wir tun sie in die Erde im Garten vor dem Haus.

5. Dann wird aus jedem Kerne ein Baum, der wächst heran. Ein Baum mit grünen Blättern und roten Äpfeln dran.

6. Sie träumen auch noch weiter, der einen schlafen Traum, wie sie einst werden können ein süßes Weibchenbaum.

AB Arbeitsblatt 29

**SP9, S.1 Leg-Domino für Wurzelgemüse**

Dieses Spiel folgt den klassischen Regeln von Domino. Es ist ein ruhiges Spiel, bei welchem die Kinder die kleinen Bilder von verschiedenen Wurzelgemüsen, die sie vor dem Spiel ausmalen, mit dem passenden Namen verbinden.

Die Kinder erfahren am Beispiel von Wurzelgemüse, wie viele unterschiedliche Sorten es selbst innerhalb einer Pflanzenfamilien gibt – und unser Domino zeigt nicht mal alle existierenden Wurzelgemüsesorten!

**Anleitung:**

- Vor Spielbeginn malen die Kinder die Gemüse an. So ist die gelbe Möhre dann im Spiel auch von der nächsten Möhre gut zu unterscheiden.
- In jedem Dominostein ist der Name eines Wurzelgemüses und ein Bild von einem anderen Wurzelgemüse. Das Bild und der Name gehören nicht zusammen. Der richtige Name des Wurzelgemüses steht immer in dem Dominostein rechts daneben!
- Sobald alle Wurzelgemüse angeordnet, werden die Dominosteine ausverdrängtschichten. Jetzt geht das Spiel los! Die Dominosteine werden durcheinander und danach unter den Kindern aufgelegt.
- Das Kind, das den Dominostein mit dem Wort „Anfang“ hat, legt diesen in die Mitte. Danach darf fortgesetzt liegen der Stein mit dem Namen des Wurzelgemüses hat, welches auf dem „Anfangsteil“ zu sehen ist (Zylinder).
- Und genau geht das Spiel weiter. Es muss immer der passende Name an das Bild gefügt werden. Das Spiel ist zu Ende, wenn der Dominostein mit dem Wort „Ende“ liegt.

|      |        |      |        |      |        |
|------|--------|------|--------|------|--------|
| Bild | Wort   | Bild | Wort   | Bild | Wort   |
|      | Wurzel |      | Wurzel |      | Wurzel |
|      | Wurzel |      | Wurzel |      | Wurzel |
|      | Wurzel |      | Wurzel |      | Wurzel |

SP Spielblatt 9





# Weitere Arbeitsmaterialien, Spiele und Anregungen



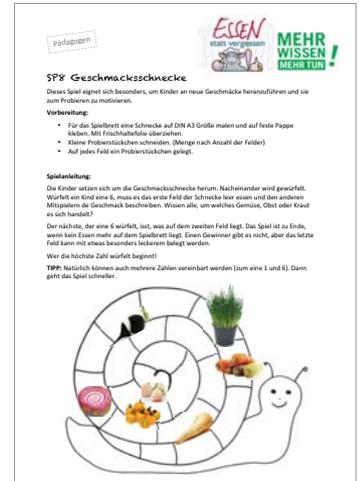
## Geschmacksschnecke (SP8)

Dieses Spiel eignet sich besonders, um Kinder an neue Geschmäcker heranzuführen und sie zum Probieren zu motivieren. Für das Spiel wird eine einfache Schnecke auf ein A3 oder A2 Blatt gezeichnet und mit Frischhaltefolie überzogen. In die Spirale des Schneckenhäuschens werden Spielfelder eingezeichnet. Auf den Spielfeldern werden dann kleine Probierstückchen verschiedener alter Sorten platziert. Die Probierstückchen sollten so geschnitten werden, dass möglichst die Sorte nicht sofort zu erkennen ist. Dann geht's los!

Würfelt ein Kind eine 6, isst es das, was auf dem ersten Feld der Schnecke platziert ist. Seine Aufgabe ist es, zu erraten, was es gegessen hat. Hat das Kind keine Idee, was genau sich auf dem Feld befunden hat, beschreibt es den anderen Kindern den Geschmack. Vielleicht haben die eine Idee, was es sein könnte?

Der nächste Spieler, der eine 6 würfelt, isst das, was auf dem zweiten Feld liegt. Das Spiel ist zu Ende, wenn keine Probierstückchen mehr auf dem Spielbrett liegen. Einen Gewinner gibt es nicht, aber das letzte Feld kann mit etwas besonders leckerem belegt werden.

Die Anleitung zum Spiel steht auf dem Handout SP8.



SP Spielblatt 8



## Warm-ups und Bewegungsspiele

### Weitere Warm-up Ideen (SP10)

Für bewegungsintensive und energetisierende Sequenzen eignen sich kleine Warm-ups ganz hervorragend. Sie machen Spaß, sie aktivieren und sie können gleichzeitig mit inhaltlichen Elementen der Module verbunden werden.

- Bauer und Ochse: Ein aktivierendes Spiel im Sitzkreis
- Fangen mit seltenen Nutztieren
- Ausscheidungsspiel: Apfel – Topinambur – Pastinake

Eine Anleitung zu den drei Spielen gibt es auf dem Handout SP10.

### Bewegungsspiel 1, 2 oder 3 (SP4)

Dieses Spiel vereint Bewegung, Wissen und Sortenvielfalt! Den Kindern werden Fragen zu alten Sorten und den bisherigen Projektterminen mit je drei Antwortmöglichkeiten gestellt. Die Kinder beantworten die Fragen indem sie zur entsprechenden Fläche auf dem Spielfeld laufen.

Eine Anleitung des Spiels und Beispielfragen finden sich auf dem Handout SP4.

## Abschluss und Auswertung

Ideen zu Abschluss und Auswertung (SP11)

- Auswertungsmethode: Apfel und Zwiebel
- Auswertungsmethode: Daumen hoch

Eine Anleitung zu beiden Methoden gibt es auf dem Handout SP11.



SP Spielblatt 10

Das  
**UMSETZUNGSHANDBUCH**  
zum Bildungsprojekt



Hintergrundinformationen

---

Eine Initiative von

**FIELDS**

Corporate Responsibility

gefördert durch



Deutsche  
Bundesstiftung Umwelt

**MEHR  
WISSEN !  
MEHR TUN !**



## Was sind alte Sorten?

Allgemein steht der Begriff Sorte für eine Gruppe in einer Pflanzenart, die in sich sehr ähnlich ist, die man aber von anderen Pflanzensorten der gleichen Art durch eindeutige Merkmale unterscheiden kann (Becker, H.: Pflanzenzüchtung Salatsorten. Ulmer Verlag, 2011). So sind die Boskoop und Golden Delicious beispielsweise beides Äpfel, aber eben unterschiedliche Sorten, die sich in Wuchs, Farbe, Geschmack etc. unterscheiden. Alte Sorten sind dabei nochmal etwas Besonderes: Sie sind die Nutzpflanzen, nach denen sich heute wieder auf die Suche begeben wird, um sie vor dem Aussterben zu schützen und das Wissen um sie bewahren. Sie sind nur noch wenig bekannt und im Supermarkt meist nicht zu finden. Um beim Apfelbeispiel zu bleiben: Obwohl allein in Deutschland ca. 1600 Apfelsorten wachsen, werden im Supermarkt in der Regel nur bis zu 7 gängige Sorten angeboten. Gleiches gilt für alte Nutztierassen, die aus der Züchtung mehr und mehr verschwinden. Dieser Erklärung nach sind alte Sorten „Traditionssorten“, die einfach schon seit sehr langer Zeit existieren.



Einer anderen Definition nach sind es Sorten, „deren Zulassung beim Bundessortenamt erloschen ist oder formal nie bestanden hat“. Das bedeutet, dass mit ihrem Saat- oder Pflanzgut nicht gewerblich gehandelt werden darf. Alte Sorten werden also eigentlich nur privat von Liebhabern erhalten oder traditionell im heimischen Gartenanbau weitergetragen. Es ist schwierig, zeit- und kostenintensiv für diese Sorten eine Zulassung beim Bundessortenamt zu erhalten. Eine Zulassung ist aber prinzipiell möglich und für einige, sogenannte Erhaltungs- und Amateursorten, die von Interesse für die Erhaltung genetischer Ressourcen sind, gibt es beim Bundessortenamt erleichterte Zulassungskriterien.

Im Laufe der Zeit sind schon viele Sorten von Nutzpflanzen und Nutztierassen ausgestorben, da sich niemand mehr um ihren Erhalt gekümmert hat. Sie sind lediglich noch in historischen Quellen zu finden. Den Verlust von Sorten oder Rassen durch die Verbreitung weniger nennt man Generosion, da die genetische Vielfalt innerhalb einer Nutzpflanzen- oder tiergruppe verloren geht.



## Was sind alte Sorten?

### Vielfältige Bezeichnungen und Definitionen

- ▶ Alte Sorte: Zulassung für die Sorte ist beim Bundessortenamt erloschen oder hat formal nie bestanden
- ▶ Erhaltungssorte: Sorte von Liebhabern erhalten und vor der Sortenbereinigung gerettet. Da die Sorte von Interesse für die Erhaltung genetischer Ressourcen ist, gibt es Erleichterungen bei der Zulassung und dem Vertrieb von Saatgut.
- ▶ Amateursorte: Sorte, die keinen Wert für den großflächigen, professionellen Anbau hat, jedoch aufgrund besonderer Eigenschaften für den Hobbybereich oder den regionalen Anbau von Interesse ist. Auch für diese Sorten gibt es Erleichterungen bei der Zulassung und dem Vertrieb von Saatgut.
- ▶ Landsorte: Sorte, die keiner bewussten züchterischen Bearbeitung unterworfen wurde, unterliegt natürlicher Selektion.
- ▶ Verbesserte/veredelte Landsorte: durch züchterische Arbeit veredelte Landsorte
- ▶ Hochzucht: neu durch einen Züchter gezüchtete Sorte = Original, Anspruch auf Sortenreinheit
- ▶ Nachbau: Sorte in beliebiger Gärtnerei gezüchtet, kein Anspruch auf Sortenreinheit
- ▶ Zufallssorten: Sorte, die durch eine zufällige, natürliche Kreuzung entstanden ist (Apfelbaum am Wegesrand)

### Warum verschwinden Sorten?

Der Verlust unserer Arten- und Sortenvielfalt hat verschiedene Gründe. Zum einen spielt die Industrialisierung und die damit verbundene Spezialisierung auf wenige, industriell brauchbare Sorten eine Rolle. Auch eine offizielle Sortenbereinigung in den 1930er Jahren, die zur Qualitätskontrolle und Steigerung der landwirtschaftlichen Produktion durchgeführt wurde, hat zum Schwund beigetragen. Als weiterer Grund gilt auch die Grüne Revolution der 1960er Jahren, in der effiziente Hochleistungssorten gezüchtet wurden, um den landwirtschaftlichen Ertrag in Entwicklungsländern zu steigern. Diese haben durch ihre vermeintliche Leistung und aufgrund ihres hohen Pestizidbedarfs, der den Boden für alte Sorten unbrauchbar macht, viele Sorten vom Markt gedrängt. Auch das aktuelle Saatgutrecht, das regelt welches Saatgut vermarktet werden darf, wird häufig als Hinderungsgrund angegeben, alte Sorten auf den Markt zu bringen. Zur Zulassung müssen die sogenannten DUS-Kriterien (Unterscheidbarkeit (Distinctness) zu anderen Sorten, Unveränderlichkeit (Uniformity) innerhalb einer Sorte, Beständigkeit (Stability) über Generationen) geprüft und erfüllt werden. Für viele Sorten ist das nicht möglich oder zu kosten- und zeitintensiv. Das bedeutet, dass alte Sorten auch beim Biobauernhof häufig nicht zu kaufen sind, da auch diese auf das Saatgut der vom Bundessortenamt zugelassenen Sorten zurückgreifen müssen.

### Warum sollten alte Sorten erhalten bleiben?

Alte Sorten sollten nicht nur in unserer Erinnerung erhalten bleiben. Ist eine Sorte oder Rasse erst einmal ausgestorben, lässt sie sich nicht einfach zurückzüchten. Das Wissen um die Sorte verschwindet und genetisch wertvolle Eigenschaften gehen verloren. Das ist zum einen ein





**MEHR  
WISSEN!  
MEHRTUN!**

## Saisonkalender Alte Sorten

|           | Januar | Februar | März | April | Mai | Juni | Juli | August | September | Oktober | November | Dezember |
|-----------|--------|---------|------|-------|-----|------|------|--------|-----------|---------|----------|----------|
| Kartoffel | ↑      | ↑       | ↑    | ↑     | ↑   | ↑    | ↑    | ↑      | ↑         | ↑       | ↑        | ↑        |
| Möhre     | ↑      | ↑       | ↑    | ↑     | ↑   | ↑    | ↑    | ↑      | ↑         | ↑       | ↑        | ↑        |
| Pastinake | ↑      | ↑       | ↑    | ↑     | ↑   | ↑    | ↑    | ↑      | ↑         | ↑       | ↑        | ↑        |
| Rote Bete | ↑      | ↑       | ↑    | ↑     | ↑   | ↑    | ↑    | ↑      | ↑         | ↑       | ↑        | ↑        |
| Steckrübe | ↑      | ↑       | ↑    | ↑     | ↑   | ↑    | ↑    | ↑      | ↑         | ↑       | ↑        | ↑        |
| Bohne     |        |         |      | ◆     | ◆   | ◆    | ◆    | ◆      | ◆         | ◆       | ◆        | ◆        |
| Erbse     |        |         | ◆    | ◆     | ◆   | ◆    | ◆    | ◆      | ◆         | ◆       | ◆        | ◆        |



Erntezeit



auf Lager



Aussaat



**MEHR  
WISSEN!  
MEHRTUN!**

## Saisonkalender Alte Sorten

|                          | Januar | Februar | März   | April  | Mai    | Juni   | Juli   | August | September | Oktober | November | Dezember |
|--------------------------|--------|---------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|-----------|---------|----------|----------|
| Garten-<br>melde         |        |         | ◆      | ◆<br>🌱 | ◆<br>🌱 | ◆<br>🌱 | ◆<br>🌱 | 🌱      |           |         |          |          |
| Tomate                   |        |         | ◆      | ◆      | 🌱      | 🌱      | 🌱      | 🌱      | 🌱         | 🌱       |          |          |
| Mairübe                  |        |         | ◆      | ◆      | ◆<br>🌱 | 🌱      |        |        |           |         |          |          |
| Rettich &<br>Radieschen  |        |         | ◆<br>🌱 | ◆<br>🌱 | ◆<br>🌱 | ◆<br>🌱 | ◆<br>🌱 | ◆<br>🌱 | 🌱         |         |          |          |
| Topinambur               |        | 🌱       | ◆<br>🌱 | ◆<br>🌱 | ◆<br>🌱 | 🌱      |        |        | ◆         | ◆       | 🌱        | 🌱        |
| Zucchini                 |        |         |        |        |        |        |        |        |           |         |          |          |
| Brokkoli &<br>Blumenkohl |        |         | ◆      | ◆      | ◆<br>🌱 | ◆      |        |        |           |         | 🌱        |          |



Erntezeit



auf Lager



Aussaat



**MEHR  
WISSEN!  
MEHRTUN!**

## Saisonkalender Alte Sorten

|                    | Januar | Februar | März | April | Mai | Juni | Juli | August | September | Oktober | November | Dezember |
|--------------------|--------|---------|------|-------|-----|------|------|--------|-----------|---------|----------|----------|
| Aubergine          |        |         |      | ◆     | ◆   | 🌱    | 🌱    | 🌱      | 🌱         |         |          |          |
| Feldsalat          | 🌱      | 🌱       |      |       |     |      | 🌱    | 🌱      | ◆         | 🌱       | 🌱        | 🌱        |
| Fenchel            |        |         |      |       |     | ◆    | 🌱    | 🌱      | 🌱         | 🌱       |          |          |
| Gurke              |        |         |      |       | ◆   | ◆    |      | 🌱      | 🌱         | 🌱       |          |          |
| Kürbis             |        |         | 🏠    | 🏠     |     | ◆    |      |        | 🌱         | 🌱       | 🌱        | 🏠        |
| Mangold            |        |         |      | ◆     | ◆   | 🌱    | 🌱    | 🌱      | 🌱         | 🌱       |          |          |
| Schwarz-<br>wurzel | 🌱      | 🌱       |      | ◆     | ◆   |      |      | 🌱      | 🌱         | 🌱       | 🌱        | 🌱        |



Erntezeit



auf Lager



Aussaat



**MEHR  
WISSEN!  
MEHRTUN!**

## Saisonkalender Alte Sorten

|                      | Januar | Februar | März | April  | Mai    | Juni   | Juli   | August | September | Oktober | November | Dezember |
|----------------------|--------|---------|------|--------|--------|--------|--------|--------|-----------|---------|----------|----------|
| Spinat               |        |         | ◆    | ◆<br>🌿 | 🌿      | 🌿      |        |        |           |         |          |          |
| Stangen-<br>sellerie |        |         |      |        | ◆      | ◆      |        | ◆      | ◆         | 🌿       | 🌿        |          |
| Rhabarber            |        |         | ◆    | ◆      | 🌿      |        |        |        |           |         |          |          |
| Zuckererbsen         |        |         |      | ◆      | ◆      | ◆<br>🌿 | ◆<br>🌿 | 🌿      | 🌿         |         |          |          |
| Pflücksalat          |        |         | ◆    | ◆      | ◆<br>🌿 | ◆<br>🌿 | ◆<br>🌿 | ◆<br>🌿 | 🌿         |         |          |          |
| Cardy                |        | 🌿       | 🌿    | ◆      | ◆      | ◆      |        |        |           |         |          |          |
| Kohlrabi             |        |         |      |        | ◆      | ◆      |        | 🌿      | 🌿         | 🌿       |          |          |



## Bezugsadressen und besondere Orte zum Thema Biodiversität und alte Sorten



### Tipps bundesweit

|  |  |
|--|--|
| Lieferkisten   | Es gibt viele Produzenten, die ihr Obst und Gemüse wöchentlich in Kisten zusammenstellen und bis zur Haustür liefern. Vielleicht findet sich auch in Ihrer Nähe ein Lieferant, der Ihnen etwas zusammenstellt.                 |
| Großmarkt  | Manchmal sind besondere, seltene Sorten auch über Händler auf dem Großmarkt zu ergattern. Einfach anrufen und nachfragen.  |
| Lokaler Wochenmarkt, vor der Haustür   | Auf dem eigenen Wochenmarkt einfach mal nach alten, selten gewordenen Obst- und Gemüsesorten fragen.   |
| Eigenes Beet, vor der Haustür  | Selbst pflanzen ist häufig eine gute Alternative, wenn es um alte Sorten geht, die im Handel rar und zumeist teuer sind.   |
| Saatgutfestivals und Tauschbörsen  | Immer wieder werden privat oder über Vereine und Initiativen Tauschbörsen für Saatgut besonderer Sorten organisiert. Einige Termine sind auf <a href="http://www.saatgutkampagne.org">www.saatgutkampagne.org</a> aufgelistet. |
| Hofladen-Verzeichnis<br><a href="http://www.dein-bauernladen.de">www.dein-bauernladen.de</a> | Auf dieser Webseite kann bundesweit nach Hofläden in der Umgebung gesucht werden.  |

## Bezugsquellen für alte Obst- und Gemüsesorten und alte Nutztierassen



| BAYERN   |  |   |
|--|--|---|
| Raritäten Gärtnerei<br>Veit Plietz   | Am See 9<br>97359 Schwarzach<br>Tel.: 09324 1030<br>E-Mail: veit.plietz@gmx.de<br>www.oekokiste-schwarzach.de                                  | Tomate German Gold, Lieferung einer Ökokiste, Fein- und Feldgemüse  |
| Glossners Wirtshaus<br>und Schafzüchter<br><br>Johann Glossner                       | Kastengasse 8-10<br>92318 Neumarkt<br>Tel.: 0175 2251980<br>E-Mail: johann.glossner@t-online.de<br>www.das-alte-glossner-wirtshaus-neumarkt.de | Heidschnucke, Rind, Geflügel, Lama: Fleisch und Felle; Zuchttiere, Wurst und Schinken                         |
| Bio-Hof Walz   | In der Schäflohe 4<br>92224 Amberg<br>Tel.: 09621 47 06 80<br>E-Mail: info@bio-walz.de   | alte Getreidesorten in biologischem Anbau   |
| BADEN-WÜRTTEMBERG  |  |   |
| Höri Gemüse<br>Gemüseanbau und<br>bunte Vielfalt<br><br>Regina Duventäster-<br>Maier | Dorfstr. 40<br>78345 Moos<br>Tel.: 07732 4454<br>E-Mail: info@hoeri-gemuese.de<br>www.hoeri-gemuese.de   | Höri Bülle und andere alte Gemüsesorten, Gemüsepasten, Liköre, Marmeladen, Gewürze                            |
| Bäuerliche<br>Erzeugergemeinschaft<br>Schwäbisch Alb<br><br>Rudolf Bühler            | Haller Str.20<br>74549 Wolpertshausen<br>Tel.: 079 04 97 970<br>E-Mail: tanjakurz@me.com<br>www.besh.de  | Schwäbisch Hällisches Landschwein: Fleisch- und Wurstwaren  |
| Biohof Braun   | Hohbergstr. 14<br>71665 Vaihingen Aurich<br>Tel.: 07042 9 20 64<br>Fax.: 07042 9 23 72<br>E-Mail: info@biohof-braun.de<br>www.biohof-braun.de  | Hofladen, Hofrundgang, Lieferservice, Goldschmiede  |
| BERLIN   |  |   |
| Culinary Misfits   | Manteuffelstr. 19<br>10997 Berlin<br>E-Mail: kontakt@culinarymisfits.de<br>www.culinarymisfits.de  | alte Sorten und Misfits („nicht-normgerecht“ geformtes Obst und Gemüse), Catering, Misfits im Glas, Workshops |
| Domäne Dahlem  | Königin-Luise-Str. 49<br>14195 Berlin<br>Tel.: 030 6663000<br>www.domaene-dahlem.de  | Historische Nutzpflanzen, Hofladen und Ökomarkt, Agrarmuseum, Marktfeste                                      |

## Bezugsquellen für alte Obst- und Gemüsesorten und alte Nutztierassen



| BRANDENBURG   |  |  |
|---|--|--|
| Die Tomatenfrau<br>Hof am Weinberge<br><br>Benedicta von Branca<br>& Frank Astinet      | Bornower Feldstr. 12<br>15848 Beeskow<br>Tel.: 03366 25 99 366<br>www.tomatenfrau.de<br>Wochenmarkt am Karl-August Platz,<br>Berlin-Charlottenburg                   | 150 verschiedene Tomaten-<br>sorten, Wildkräutersalate,<br>einheimische Obstsorten und<br>alte Kartoffelsorten   |
| BREMEN  |  |  |
| Bioland Baumschule<br>& Obstgarten<br>Dr. Ute Hoffmann                                  | Uepser Heide 1<br>27330 Asendorf<br>Tel.: 04253-800622<br>Fax: 04253-800620<br>E-Mail: ute.hoffmann@hoffmann-<br>obstbaumschule.de<br>www.hoffmann-obstbaumschule.de | Spezialbetrieb für alte,<br>historische Obstsorten, Vertrieb<br>und Versand von Bäumen und<br>Früchten und mit eigenen<br>Früchten hergestellte Produkte   |
| HAMBURG   |  |  |
| Tomatenretter<br>Hamburg<br>Vera Hempel   | Reitbrooker Hinterdeich 284<br>21037 Hamburg<br>E-Mail: info@tomatenretter.de<br>www.tomatenretter.de  | Patenschaften von alten<br>Tomatensorten   |
| Hof vorm Deich<br>Arnd Niemeyer &<br>Vera Hempel  | Reitbrooker Hinterdeich 291<br>21037 Hamburg<br>Tel.: 01766 42 39 630  | Auf dem Hof findet man<br>drei große Gewächshäuser, in<br>denen Gemüse angebaut wird,<br>einen Veranstaltungsraum,<br>erlebnisorientierte pädagogi-<br>sche Angebote für Schulklassen<br>und andere Gruppen.   |
| HESSEN  |  |  |
| Gesellschaft zur<br>Erhaltung alter und<br>gefährdeter<br>Haustierrassen e. V.<br>(GEH) | Walburger Str. 2<br>37213 Witzhausen<br>Hessen/Deutschland<br>Tel.: 0 5542 1864<br>E-Mail: info@g-e-h.de<br>www.g-e-h.de   | Die GEH spürt letzte vorhandene<br>Tierbestände auf, initiiert<br>Erhaltungsmaßnahmen,<br>informiert und koordiniert die<br>Tierhalter, unterhält eigene<br>Zuchtpopulationen und<br>Genreserven, leistet breite<br>Öffentlichkeitsarbeit.<br>Auf der Internetseite der GEH<br>sind alle Arche Höfe in<br>Deutschland gelistet. Auf den<br>Archehöfen kann man alte<br>Nutztiere bestaunen und oft<br>Fleisch- und Wurstwaren<br>kaufen. |
| MECKLENBURG-VORPOMMERN  |  |  |
| Café Olsen  | Hofallee 6<br>18442 Groß Kordshagen<br>Tel.: 03823177 78 2<br>E-Mail: info@cafe-olsen.de   | Alte Apfelsorten, Quitten,<br>Skudde Schafe  |

## Bezugsquellen für alte Obst- und Gemüsesorten und alte Nutztierassen



|   |   |  |
|---|---|--|
| <p>Gretes Garten<br/>Margarete Peschken</p>   | <p>Stierow 15<br/>17168 Schwasdorf<br/>Tel.: 039977 39681<br/>E-Mail: peschkegrete@web.de</p> <p>Auf dem Markt der Grünen Liga am<br/>Kollwitzplatz in Berlin (donnerstags)</p> | <p>Der Erhalt alter Sorten ist hier ein besonderes Anliegen, 60 alte Tomatensorten jeder Form, Farbe und Größe werden hier kultiviert.</p> |
| <p>Groß Lüsewitzer<br/>Kartoffel-Sortimente<br/>der IPK Gatersleben<br/>Dr. Klaus J. Dehmer</p> | <p>Parkweg 3a<br/>18190 Groß Lüsewitz<br/>Tel.: 038209 80525<br/>E-Mail: glksmvt-online.de<br/>www.glks.ipk-gatersleben.de</p>  | <p>Schwerpunkt ist die Erhaltung von pflanzengenetischen Ressourcen der Kartoffel.</p>   |
| <p>Hof Medewege<br/>Dörte Nieland &amp;<br/>René Zeitz</p>                                      | <p>Hauptstr. 16<br/>19055 Schwerin<br/>Tel.: 0385-5 91 89 29</p>  | <p>Hof mit Gemüse-, Obst-, Kräuteranbau, Viehhaltung, Führungen, Hofladen</p>  |
| <b>NIEDERSACHSEN</b>  |   |  |
| <p>Michael Ruhнау</p>   | <p>Zum Bruch 1<br/>27412 Bülstedt<br/>Tel.: 04283 6102<br/>E-Mail: info@michael-ruhнау.com<br/>www.michael-ruhнау.com</p>   | <p>Rauhwollige Pommersche Landschaft, Ostfriesische Möwen, Mechelner: Fleisch- und Wurstwaren, Wollprodukte; alte Obstsorten</p>           |
| <p>Obsthof<br/>Sundermeyer<br/><br/>Daniela &amp; Gerd<br/>Sundermeyer</p>                      | <p>Alte Str. 4<br/>31174 Wendhausen</p>   | <p>Tomatensorten zum selbst pflücken</p>   |
| <p>Boomgarden<br/>Eckart Brandt</p>   | <p>Boomgardenshop<br/>Im Moor 1<br/>21712 Großenwörden<br/>Tel.: 04775 538<br/>E-Mail: eckart-brandt@web.de</p>   | <p>Alte Apfelsorten</p>  |
| <p>Ellenbergs<br/>Kartoffelvielfalt</p>   | <p>Ebstorfer Str. 1<br/>29576 Barum<br/>Tel.: 05806 304<br/>E-Mail: kartoffelvielfalt@t-online.de<br/>www.kartoffelvielfalt.de</p>  | <p>Biolandhof mit Schwerpunkt auf Kartoffelanbau und Vermarktung von alten Kartoffelsorten</p>   |
| <p>Gemüse- und<br/>Fruchtspezialist<br/>Marko Seibold</p>                                       | <p>Henstedter Str. 1<br/>28857 Syke/Henstedt</p>  | <p>Obst- und Gemüseandwirt, der alte Sorten anbaut</p>   |
| <p>Biogut Henning Bauck</p>   | <p>Henning Bauck<br/>Bergstr. 30<br/>29389 Bad Bodenteich<br/>E-Mail: info@henning-bauck.de<br/>www.henning-bauck.de</p>  | <p>Nutztiersafari und Hofladen alte Nutztierassen</p>  |
| <p>Ferienhof „Zur alten<br/>Molkerei“</p>   | <p>Mittelstr. 12-14<br/>49770 Dohren<br/>Tel.: 05962 797<br/>E-Mail: starmann@zuraltenmolkerei.de<br/>www.zuraltenmolkerei.de</p>   | <p>alte Nutztierassen und alte Obstsorten</p>  |

## Bezugsquellen für alte Obst- und Gemüsesorten und alte Nutztierassen



| NORDRHEIN-WESTFALEN   |  |  |
|---|--|--|
| Naturlandhof Büning<br>Maria Büning                                 | Borghorster Str. 67<br>48366 Laer<br>Tel.: 02554 86 20<br>E-Mail: info@naturlandhof-buening.de<br>www.naturlandhof-buening.de            | Bentheimer Schwein/<br>schwarzbuntes Niederungs-<br>rind/<br>Rotes Höhenvieh: Fleisch- und<br>Wurstwaren   |
| Gertrudenhof<br>Peter Zens  | Lortzingstr. 160<br>50354 Hürth – Hermülheim<br>www.erlebnisbauernhof-gertrudenhof.de  | Landwirtschaft, Hofführungen<br>und Hofladen   |
| SAARLAND  |  |  |
| Obstgut Klosterberg<br>Thomas Ripplinger                            | Panoramaweg<br>66663 Merzig<br>Tel.: 06861 79 28 46<br>E-Mail: info@obstgut-klosterberg.de<br>www.obstgut-klosterberg.de                 | Apfelsorten, Birnen, Spargel,<br>Erdbeeren; Äpfel selbst<br>pflücken; Veranstaltungen  |
| SACHSEN   |  |  |
| Bäckerei Richter<br>Stefan Richter                                  | Bahnhofstr. 25<br>02627 Kubschütz<br>Tel.: 03591 22 65 6<br>E-Mail: info@baeckermeister-richter.de<br>www.richter-kubschuetz.de          | Norddeutscher<br>Champagnerroggen: Brot,<br>Kuchen und andere Backwaren  |
| Biohof Leipzig  | Bienert und Hänsel GbR<br>Püchauerstr. 4<br>04425 Taucha<br>Tel.: 034298 62858<br>www.biohof-leipzig.de                                  | Bio-dynamischer Landbau;<br>Mitgliedschaft in Ernteteiler-<br>gruppe, Lieferung nach Hause.<br>Ansonsten gibt es das Gemüse in<br>allen Naturkostläden, die von<br>den Großhändlern Naturkost<br>Erfurt oder Terra Berlin beliefert<br>werden. |
| Gartenbau Linke-Hof   | Brandiser Str. 79<br>04316 Leipzig<br>Tel.: 0341 6513617<br>E-Mail: linke_hof@yahoo.de   | Gemüse, Eier, Backwaren, Obst,<br>Honig: Es wird eine breite<br>Palette an Sorten angebaut;<br>Hoffest i. d. R. am ersten<br>Samstag im September  |
| SACHSEN-ANHALT  |  |  |
| Biohof Thießener<br>Landhof<br>Sven Gürth                           | Thießen 2<br>06888 Lutherstadt Wittenberg<br>Tel.: 03491 88 51 53<br>E-Mail: Thiessener.Landhof@t-online.de<br>www.thiessener-landhof.de | Urgetreide, Fleisch und<br>Leindotteröl  |
| Biohof Wellkorn<br>Manufaktur<br>Lars Jürgen Knak                   | Mühlstr. 16<br>06901 Kemberg   | Anbau von Urgetreide   |
| Hof Holderhag im<br>Naturpark Hoher<br>Fläming<br>Natalja Schwarzer | Schlamau 31 A<br>14827 Wiesenburg/Mark<br>Tel.: 0157 82205776<br>E-Mail: kontakt@hof-holderhag.de<br>www.hof-holderhag.de                | ausschließlich samenfeste<br>Sorten, viele alte Sorten,<br>Saisonales Gemüse, Kartoffeln,<br>Honig, Portulak, Tee,<br>Brotaufstriche   |

## Bezugsquellen für alte Obst- und Gemüsesorten und alte Nutzierrassen



| SCHLESWIG-HOLSTEIN   |   |   |
|--|---|---|
| Gut Manhagen<br>Reiner Huss  | Manhagen 7<br>24631 Langwedel<br>Tel.: 02309 951119<br>E-Mail: reiner.huss@gut-manhagen.de<br>www.gut-manhagen.de   | Deutsches Shorthorn (Rind):<br>Milchprodukte, Fleisch- und<br>Wurstwaren  |
| Skuddenhof<br>Norbert Westphal   | Moordiek 11<br>25358 Horst<br>Tel.: 04126 39 35 79<br>E-Mail: info@skudden-moordiek.de<br>www.skudden-moordiek.de   | Fleisch und Wolle der Skudde  |
| Kleverhof  | Mönkenbrook 26<br>Elmenhorst 23869<br>Tel.: 04532 26 79 594<br>www.kleverhof.de   | Züchtung und Vermehrung alter<br>oder besonderer Sorten, speziell<br>Tomaten, über 500 alte<br>Tomatensorten.                 |
| Hof Großholz<br>Gerd Boll & Ilona Ebel   | Großholz 1a<br>24364 Holzdorf<br>Tel.: 04352-91 84 90<br>E-Mail: info@bioland-hof-grossholz.de<br>www.bioland-hof-grossholz.de  | Gemüseraritäten und alte<br>Sorten  |
| Gärtnerei Wilde Kost<br>Anja Christiansen  | Imberg 3<br>23813 Blunk<br>Tel.: 04557-98 17 18<br>E-Mail: info@wilde-kost.de<br>www.wilde-kost.de  | traditionelle Gemüsesorten und<br>essbare Wildpflanzen  |
| Ökoservice Holm  | Marita Laugsch<br>Uetersener Str. 1<br>25488 Holm<br>Tel: 04103 129518  | Lieferservice und Ladenverkauf<br>von (regionalen) Biolebens-<br>mitteln  |
| THÜRINGEN  |   |   |
| Ziegenhof Peter<br>Katja Peter   | Niedertopfstedter Str. 1<br>99718 Greußen<br>Tel.: 03 636 70 16 41<br>E-Mail: info@ziegen-peter.de<br>www.ziegen-peter.de   | Molkereiprodukte der Thüringer<br>Wald Ziege  |
| Gemüse Fischer<br>Hofladen/<br>Marktstand<br>Hubert Willkommen<br>und Lars Fischer | Rudolstädter Str. 93<br>99099 Erfurt<br>Tel.: 0361 5 51 48 85<br>E-Mail: info@fischergemuese-erfurt.de<br>www.fischergemuese-erfurt.de<br>Wochenmarkt-Stand Moskauer Platz,<br>99089 Erfurt | Biodynamischer Landbau mit<br>regionalen, traditionellen<br>Sorten, z. B. Gemüsesorten wie<br>der farbige Erfurter Blumenkohl |

## Bezugsquellen für Saatgut alter, seltener Sorten



|                             |   |  |
|-----------------------------|---|--|
| VEN                         | Verein zur Erhaltung der Nutzpflanzenvielfalt e.V.<br>Mondrianplatz 11<br>36041 Fulda<br>Tel.: 05306 1402<br>E-Mail: geschaeftsstelle@nutzpflanzenvielfalt.de<br>www.nutzpflanzenvielfalt.de            | Auf der Internetseite befindet sich eine Saatgutliste der Erhalter, die kontaktiert werden können.<br><br>Beim VEN kann man auch eine Patenschaft für eine alte Sorte übernehmen und selbst zum Erhalter werden. |
| Arche Noah Erhalternetzwerk | Gesellschaft für die Erhaltung der Kulturpflanzenvielfalt & ihre Entwicklung<br>Obere Str. 40<br>3553 Schiltern<br>Österreich<br>Tel.: +43 2734 8626<br>E-Mail: info@arche-noah.at<br>www.arche-noah.at | Saatgut und Sortenhandbuch über private Erhalter von Saatgut, Pflanzen und Veredelungsreisern  |
| Dreschflegel                | Dreschflegel GbR<br>Postfach 1213<br>37202 Witzenhausen<br>Tel.: 05542 502744<br>E-Mail: info@dreschflegel-saatgut.de<br>www.dreschflegel-saatgut.de  | Saatgut von wieder angemeldeten alten, samenfesten Sorten  |
| VERN                        | VERN e.V.<br>Burgstr. 20<br>16278 Greiffenberg/Uckermark<br>Tel.: 033334 70232<br>E-Mail: vern_ev@freenet.de<br>www.vern.de   | Verein zur Erhaltung und Rekultivierung von Nutzpflanzen in Brandenburg e.V.   |
| Prospecie Rara              | ProSpecieRara Deutschland<br>Kaiser-Joseph-Str. 250<br>79098 Freiburg<br>Tel.: 0761 59 39 00 07<br>www.prospecierara.de   | Gemeinnützige Gesellschaft für die kulturhistorische und genetische Vielfalt von Pflanzen und Tieren in Deutschland  |
| SAVE Foundation             | SAVE Foundation<br>Projektbüro<br>Neugasse 30<br>CH-9000 St.Gallen<br>Schweiz<br>Tel.: +41 71222 74 10<br>E-Mail: office@save-foundation.net<br>www.save-foundation.net                                 | Europäische Dachorganisation zur Sicherung der landwirtschaftlichen Artenvielfalt (Agrobiodiversität)  |
| Bingenheimer Saatgut        | Bingenheimer Saatgut AG<br>-Ökologische Saaten-<br>Kronstr. 24<br>61209 Echzell-Bingenheim<br>Tel.: 06035 1899-0<br>E-Mail: info@bingenheimersaatgut.de<br>www.bingenheimersaatgut.de                   | Saatgut von wieder angemeldeten alten, samenfesten Sorten  |

## Bezugsquellen für Saatgut alter, seltener Sorten



|                      |   |   |
|----------------------|---|---|
| Biosaatgut           | Bio-Saatgut Gaby Krautkrämer<br>Weingartenstr. 58<br>97252 Frickenhausen am Main<br>Tel.: 09331 9894 200<br>E-Mail:<br>mehrInformation@bio-saatgut.de<br>www.bio-saatgut.de | Saatgut aus biologischem Anbau, auch alte Sorten und Erhaltungsorten        |
| Tauschgarten         | www.tauschgarten.de   | Online-Tauschbörse für Saatgut, Pflanzen und anderes Gartenmaterial         |
| Private Samenarchive | SamenArchiv - Gärtnerei<br>G. Bohl - S. Kunstmann<br>Waldstr. 40<br>90596 Schwanstetten   | privates Samenarchiv mit alten Sorten                                       |
| Garten des Lebens    | Annette Holländer & Hans Sondermeier<br>Tel.: 08093 905 75 60<br>E-Mail: kontakt@garten-des-lebens.de<br>www.garten-des-lebens.de   | Saatgut alter Gemüsesorten, Vorträge und Seminare zu Kulturpflanzenvielfalt |
| Monika Gehlsen       | Monika Gehlsen<br>Willi-Dolgnr-Str. 17<br>06118 Halle/Saale<br>Tel.: 0345 522 64 23<br>www.monika-gehlsen.de  | Saatgut seltener Nutz- und Zierpflanzen                                     |
| Detlef Landsmann     | Detlef Landsmann<br>An den Eichen 17<br>12529 Schönefeld/OT Großziethen<br>Tel.: 03379-370951<br>www.d-landsmann.de   | Tomatensamen, Gemüsesamen und seltene essbare Knollen, Raritäten            |

## Besondere Orte



| <b>BADEN-WÜRTTEMBERG</b>  |   |   |
|---|---|---|
| Lebensgarten Dreisamtal   | <p>Bergstr. 4<br/>79256 Buchenbach (bei Freiburg)</p> <p>Tel. 07661/9796978<br/>E-Mail: info@lebensgarten-dreisamtal.de</p>   | <p>Gemeinnütziger Verein, der das Konzept der solidarischen Landwirtschaft mit eigenem Gemüseanbau im Dreisamtal praktiziert und über Veranstaltungen aktiv verbreitet. Ein wichtiges Anliegen ist die Gemeinschaftsbildung und Vernetzung von verschiedenen Initiativen im Dreisamtal. Gemüseanbau, Veranstaltungen und Führungen für Schulen und Gruppen</p>  |
| <p>Stiftung Kaiserstühler Garten (Stiftung bürgerlichen Rechts)<br/>Eichstetter Stiftung zur Bewahrung der Kulturpflanzenvielfalt in der Region</p> | <p>Hauptstr. 43<br/>79356 Eichstetten am Kaiserstuhl</p> <p>Tel. +49 (0) 7663 / 932313<br/>E-Mail: kaiserstuehler.garten@gmail.com</p>  | <p>Samengarten, Akademie, Führungen, Saatgut. Die Biologische Vielfalt global und die Kulturpflanzenvielfalt einer Region sind aufregende und weitreichende Themen der Gegenwart. Wenn Sie wissen wollen, um was es geht, wenn man von samenfesten Sorten spricht, warum der Erhalt alter Kultursorten von großer Wichtigkeit ist, wie der freie Zugang zum Saatgut erlangt werden kann und welche Konsequenzen die technische Veränderung des Saatgutes mithilfe der Agro-Gentechnik für nachfolgende Generationen haben könnte, so schauen Sie sich die Homepage an oder besuchen Sie den Samengarten in Eichstetten.</p> |
| <b>BERLIN</b>   |   |   |
| Kreuzberger Manufaktur Dörrwerk   | <p>Dr. med. Zubin Farahani<br/>Dieffenbachstr. 68<br/>10967 Berlin<br/>www.doerrwerk.de</p>   | <p>Obst-Esspapier aus gerettetem Obst (2. Wahl Ware, optisch mangelhafte Früchte, die oftmals tonnenweise weggeworfen werden)</p>   |
| Prinzessinnengarten   | <p>Maria Cristina Moncayo<br/>Prinzenstrasse 35 – 38 /<br/>Prinzessinnenstrasse 15<br/>10696 Berlin<br/><a href="http://prinzessinnengarten.net">http://prinzessinnengarten.net</a></p> | <p>Urbaner Nutzgarten. Gartengastronomie, Verkauf des Gemüses, Durchführung von Bildungsprojekten, Beratungsleistungen, Vorträge und Führungen, Spenden in Form von Beet- und Gartenpatenschaften</p>   |

## Besondere Orte



|  |   |  |
|--|---|--|
| <p>Cookies Cream</p>   | <p>Cookies<br/>Behrenstraße 55<br/>10117 Berlin</p>   | <p>vegetarisches Restaurant<br/>Küchenchef Stephan Hentschel:<br/>Alte und ausgefallene Salat-,<br/>Gemüse- und Kräutersorten<br/>sind ein Grundpfeiler seiner<br/>vegetarischen Küche</p>   |
| <p><b>BRANDENBURG</b></p>  |   |  |
| <p>Wildpflanzen und<br/>Naturerfahrung</p>   | <p>Eleonore Gliewe<br/>Finkenweg 4a<br/>16259 Höhenland<br/>Tel.: 033454-49 783<br/>E-Mail: info@eleonore-gliewe.de<br/>www.eleonore-gliewe.de</p>  | <p>Kochkünstlerin, Dozentin für<br/>Wildpflanzen</p>   |
| <p><b>HAMBURG</b></p>  |   |  |
| <p>Haerlin</p>   | <p>Christian Hümb's<br/>Restaurant Haerlin<br/>Neuer Jungfernstieg 9 - 14<br/>20354 Hamburg</p>   | <p>Chefpatissier im Haerlin<br/>Restaurant im Hotel Vier<br/>Jahreszeiten in Hamburg.<br/>Bekannt ist Hümb's vor allem<br/>durch seine erfinderische<br/>Integration von Gemüse ins<br/>Dessert.</p>   |
| <p><b>NIEDERSACHSEN</b></p>  |   |  |
| <p>Kiekeberg Museum<br/><br/>(Außenstelle Ökologiehof<br/>Wennerstorf: Produktion von<br/>alten Gemüsesorten und<br/>Gartenkräutern)</p> | <p>Stiftung Freilichtmuseum am<br/>Kiekeberg<br/>Am Kiekeberg 1<br/>21224 Rosengarten-Ehestorf<br/>Tel.: 0 40 79 01 76-0<br/>E-Mail:<br/>info@kiekeberg-museum.de<br/>www.kiekeberg-museum.de</p> | <p>Museum, Cafe und Restaurant,<br/>Veranstaltungen: alte Nutztier-<br/>rassen und alte Sorten.<br/>Auf zwölf Hektar wird in über 40<br/>historischen Gebäuden präsen-<br/>tiert, wie unsere Vorfahren in<br/>der Lüneburger Heide und der<br/>Winsener Marsch früher lebten.<br/>Mit ihren traditionellen<br/>Inneneinrichtungen und den<br/>historischen Gärten vermitteln<br/>die Bauernhäuser, Scheunen<br/>und Wirtschaftsgebäude ein<br/>realistisches Bild der Zeit von<br/>1600 bis in die 1950er Jahre.</p> |
| <p><b>SCHLESWIG-HOLSTEIN</b></p>   |   |  |
| <p>Landhaus Schulze-Hamann</p>   | <p>Segeberger Straße 32<br/>23813 Blunk<br/>Tel: 04557/99700<br/>www.landhaus-schulze-hamann.de</p>   | <p>Hotel und Restaurant, dass sich<br/>für Nachhaltigkeit und alte<br/>Sorten engagiert.</p>   |
| <p>Gutsküche Wulksfelde</p>  | <p>Wulksfelder Damm 15-17<br/>22889 Tangstedt<br/>Tel: 040 64 41 94 41<br/>E-Mail: info@gutskueche.de<br/>www.gutskueche.de</p>   | <p>Restaurant mit saisonaler<br/>Landhaus Küche auf einem<br/>Biohof. Der Koch arbeitet mit<br/>alten Sorten.</p>  |

## Besondere Orte



|  |   |  |
|--|---|--|
| <p>Obstmuseum Pomarium<br/>Anglicum</p> <p>Meinolf Hammerschmidt,<br/>Pomologe</p> | <p>Baumschule Alte Obstsorten<br/>Waldweg 2<br/>Ortssteil Winderatt<br/>24966 Sörup<br/>Tel.: 04635-2745<br/>E-Mail: hammerschmidt@alte-<br/>obstsorten.de<br/>www.alte-obstsorten.de</p> | <p>lebendes Obstmuseum mit ca.<br/>730 verschiedene Apfel- und<br/>weitere Obstsorten</p>  |
| <p>Arche Warder</p>  | <p>Arche Warder e.V.<br/>Langwedeler Weg 11,<br/>24646 Warder<br/>Tel.: 04329 9134-0<br/>E-Mail: info@arche-warder.de</p>   | <p>Zentrum für seltene<br/>Nutztierassen</p>   |
| <p><b>LUXEMBURG</b></p>  |   |  |
| <p>Vermehrungsgarten<br/>Bricherlächelchen</p>                                     | <p>Steve Schwartz<br/>29, rue Eich<br/>L-3352 Leudelange<br/>Luxemburg<br/>Tel.: 621 259000<br/>E-Mail:<br/>kraizschouschteschgaart@yahoo.de<br/>www.kraizschouschteschgaart.info</p>     | <p>Das private Non-Profit-Projekt<br/>des "Kraizschouschteschgaart",<br/>hat zum Zweck über alte, tradi*-<br/>tionelle, historische, vergessene<br/>und rare Gemüsesorten zu<br/>berichten, die samenfest sind.<br/>Ebenso soll auf den bevor-<br/>stehenden Arten- und Sorten-<br/>schwund bei Nutzpflanzen<br/>aufmerksam gemacht und<br/>darüber informiert werden.</p> |

- Abraham, Bérengère: *Rübe & Quitte: 100 Rezepte für alte Obst- und Gemüsesorten*. Christian, 2012.
- Arvay, Clemens, G.: *Fruchtgemüse: Alte Sorten und außergewöhnliche Arten neu entdeckt*. Stocker, 2011.
- Black, Keda: *Alte Gemüsesorten neu gekocht*. Arau: AT Verlag, 2011.
- Buser, Marianna: *Von fast vergessenen Gemüsen, Kräutern und Beeren: Mit großem Lexikon*. Hädecke, 2004.
- Coirazza, Adelheid: *Tomaten2: 208 Historische Tomaten und Wildsorten*. Formosa-Verlag, 2014.
- Hartmann, Walter: *Farbatlas Alte Obstsorten*. Ulmer, 2001.
- Jensen Dierk: *Reichtum ernten: Vielfalt im Gemüsebeet*. Kosmos, 2009.
- Körber-Grohne, Udelgard: *Nutzpflanzen in Deutschland. Von der Vorgeschichte bis heute*. Hamburg: Nikol Verlag, 2001.
- Landwehr, Michaela; Neuener, Fred: *Gutes aus dem Garten*. Brandstätter, 2012.
- Lindner, Ulrike; Phlippen, Markus; Mai, Elmar: *ARD-Ratgeber Heim und Garten. Vergessene Pflanzen*. Heel, 2001.
- Lorey, Heidi: *Tartuffli: Alte Kartoffelsorten neu entdeckt*. Landwirtschaftsverlag Münster, 2006.
- Serena, Marianne; Suanjak, Michael; Predrazzetti, Franca; Brechbühl, Beat: *Das Lexikon der alten Gemüsesorten: 800 Sorten - Geschichte, Merkmale, Anbau und Verwendung in der Küche*. AT Verlag, 2014.
- Sperl, Ina: *Die Vielfalt kehrt zurück: Alte Gemüsesorten nutzen und bewahren*. Verlag Eugen Ulmer, 2013.
- Steinberger, Bärbel: *Alte Gemüse - neuer Geschmack: Sorten, Geschichte, Rezepte*. BLV Buchverlag, 2012.
- Storl, Wolfgang-Dieter: *Bekannte und vergessene Gemüse: Geschichte, Rezepte, Heilkunde*. Piper Taschenbuch, 2006.
- Yves Paccalet Kathleen Paccalet: *Vergessene Klassiker: Köstliche Rezepte mit alten Gemüsesorten*. Hildesheim: Gerstenberg, 2014.
- Heidi Hasskerl: *Alte Gemüsearten neu entdeckt: Schätze aus dem Bauerngarten*. Stocker, 2013.