



Ernährungsbildung in der Grundschule

Wrap'n Roll im
Klassenzimmer!
Wissen wie's wächst und
schmeckt

Konzept Ernährung in Bayern

Inhalt

INFORMATION

Es geht los! 5

ANPFLANZAKTION

So gelingt die Umsetzung! 13

ERNTE- UND ZUBEREITUNGSAKTION

So schmeckt es lecker! 21

PROJEKTABSCHLUSS

Verabschiedung und Urkunde 35

PFLANZTAGEBUCH

Begleitende Unterrichtsmaterialien
und Lehrerinformation 39

ANHANG

Ergänzende Informationen 87

Vorwort

Sehr geehrte Lehrkräfte,

Warum ein Pflanz- und Ernährungsprojekt für Grundschüler?

Kinder wissen oft nicht, woher unsere Lebensmittel kommen, wie sie angebaut werden, was sie zum Wachsen brauchen und wie sie zu einem Gericht verarbeitet werden können. Für viele steht fest: Karotten, Kartoffeln und Salat kann man an der Gemüsetheke im Supermarkt kaufen, Käse gibt's im Kühlregal, Spinat in der Tiefkühltruhe und das Brot ist beim Bäcker erhältlich. Dass Kinder eine realistische Vorstellung von der Herkunft der Lebensmittel bekommen und sich die Frage danach auch zur Gewohnheit machen, ist eine Grundlage für die Entwicklung eines verantwortungsbewussten Verbraucherverhaltens und wird in ihren Alltagskompetenzen sichtbar. Dafür sollten sie den Herstellungsprozess von Lebensmitteln einmal nachvollziehen oder ihn möglichst selbst durchgeführt haben. Dies können Schülerinnen und Schüler im Pflanz- und Ernährungsprojekt „Wissen wie's wächst und schmeckt“ tun.

Das Kompetenzzentrum für Ernährung hat dieses Projekt in Zusammenarbeit mit der Landesanstalt für Wein- und Gartenbau im Auftrag des Bayerischen Staatsministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten entwickelt. Das Institut für Schulqualität und Bildungsforschung in München hat dieses Projekt beratend und durch Unterrichtsmaterialien ergänzend unterstützt, so dass es den Inhalten und der kompetenzorientierten Ausrichtung des LehrplanPLUS genügt.

„Wissen wie's wächst und schmeckt“ eignet sich deshalb auch sehr gut, um im Rahmen des Unterrichtsgegenstandes Alltagskompetenzen – Schule fürs Leben eingesetzt zu werden.

Die Schülerinnen und Schüler können in einem Zeitraum von etwa sechs Wochen den Anbau von beispielhaft ausgewähltem Gemüse, angeleitet durch die Lehrkraft, fachlich richtig ausführen und ertragreich ernten. Dem folgt ein Angebot altersangemessener Zubereitungsmöglichkeiten der Lebensmittel, das in der Schulküche oder im Klassenzimmer durchführbar ist.

Die vorliegende Handreichung stellt Lehrkräften ein praxiserprobtes Projekt zur Verfügung und hält viele im Unterricht einsetzbare Materialien bereit für alle Jahrgangsstufen in der Grundschule.

Wir wünschen Ihnen und Ihren Schülerinnen und Schülern viel Freude und viel Erfolg beim Projekt „Wissen wie's wächst und schmeckt“!

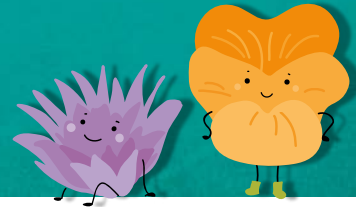


Michaela Kaniber
Bayerische Staatsministerin
für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten

Einige Impressionen



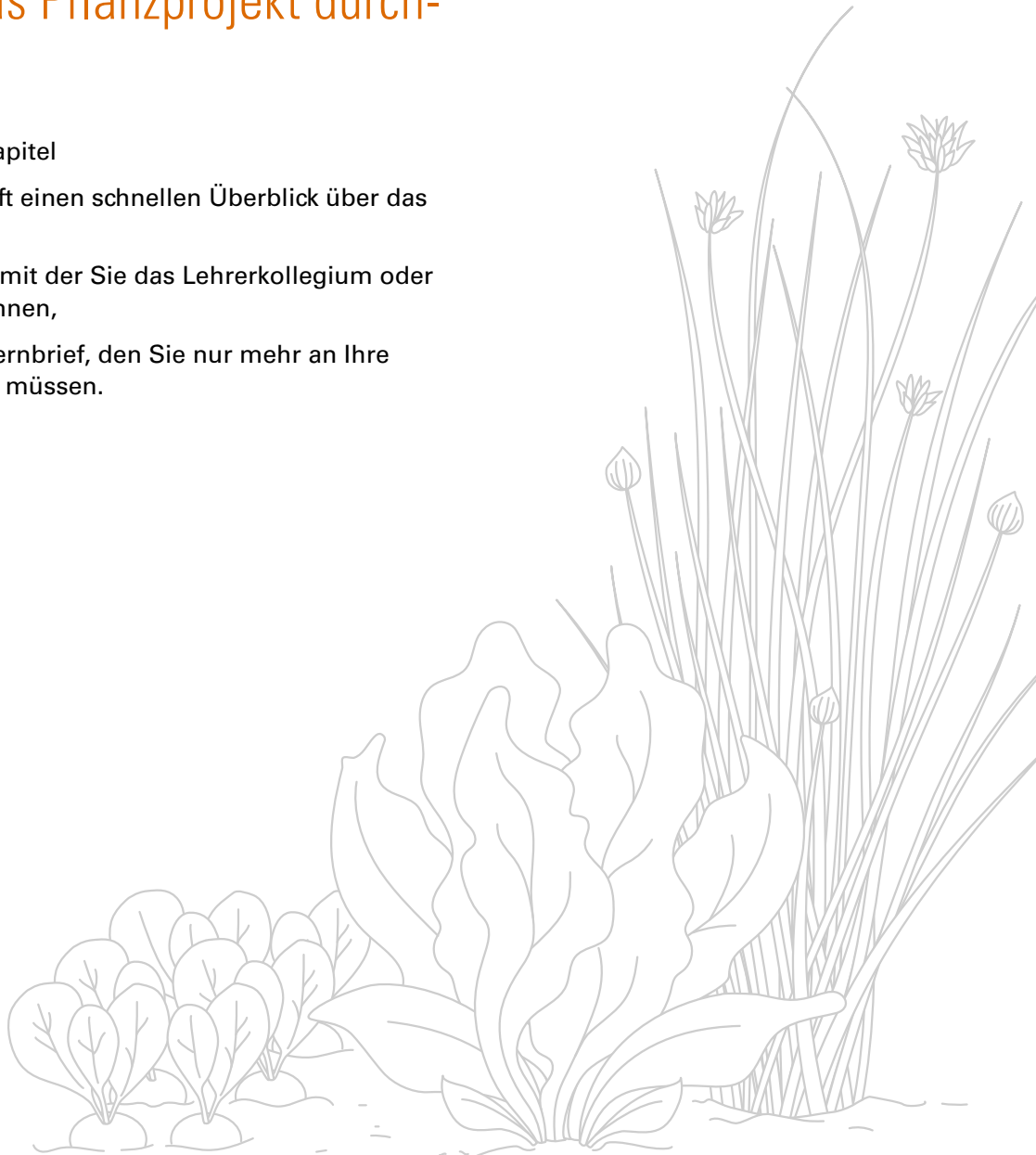
Es geht los!



Sie haben vor, mit Ihren Schülerinnen und Schülern das Pflanzprojekt durchzuführen?

Dann bietet Ihnen dieses Kapitel

- > mit dem Infoblatt Lehrkraft einen schnellen Überblick über das Projekt,
- > eine Projektpräsentation, mit der Sie das Lehrerkollegium oder die Eltern informieren können,
- > eine Vorlage für einen Elternbrief, den Sie nur mehr an Ihre Gegebenheiten anpassen müssen.



Infoblatt Lehrkraft

Das Wichtigste in Kürze:

Zielgruppe

Grundschulklassen

- > Schülerinnen und Schüler der 1. bis 4. Klassen an Grundschulen in Bayern

Ziele

Kinder in Kontakt mit dem Ursprung von Lebensmitteln bringen

- > Kinder erfahren, wo Lebensmittel herkommen und wie sie verarbeitet werden.
- > Sie erleben den Prozess des Pflanzens, Wachsens und der Zubereitung – vom Samen bzw. kleinen Pflanze bis zum fertigen Gericht.

Kindern durch praktische Erfahrung ermöglichen, eine höhere Wertschätzung für Lebensmittel zu entwickeln

- > Kinder erfahren, dass Lebensmittel Pflege und Zeit brauchen, bis sie geerntet und als Gericht gegessen werden können.
- > Sie werden für die bewusste Wahrnehmung der Lebensmittel sensibilisiert.

Kinder mit allen Sinnen an eine ausgewogene Ernährung heranführen

- > Kinder kommen über ein positives Geschmackserlebnis in Kontakt mit ausgewogener Ernährung.
- > Sie werden aktiv in die Zubereitung einbezogen und bereiten im Klassenzimmer einen Wrap oder ein anderes kleines Gericht zu.

Erwerben von Alltagskompetenzen

- > Sie erfahren, wie sie auch zuhause Nahrungsmittel anbauen und zubereiten können.

Zeitraum: April – Mai

(Start der Aktion auch nach den Pfingstferien möglich)

Idee

Pflege von Pflanzkisten und weiteren Pflanzgefäßen wie z. B. TetraPaks oder Joghurtbecher im Zeitraum von 6 Wochen im Klassenverband

Kombination von Pflanzen in einer Pflanzkiste, die später gemeinsam zu einem kleinen Gericht, wie z. B. einem Wrap, zubereitet und gegessen werden.

Setting

3 Aktionen in der Grundschule

- > Bepflanzung und Begleitung der Wachstumsphase durch die Lehrkraft
- > Ernte/Zubereitung
- > Projektabschluss mit Urkundenübergabe (auch direkt nach der Ernte/Zubereitung möglich)

Wrapkiste

- > Eichblattsalat (rot/grün) als Pflücksalat
- > Radieschen: verschiedene Sorten, z. B. rot, Eiszapfen
- > Schnittlauch
- > evtl. essbare Blüte

Verarbeitung der Ernte

Zubereitung zum Wrap mit Dip, evtl. Schinken/Käse

Weiteres Pflanzgefäß (TetraPak/Joghurtbecher/gebrauchte Pflanztöpfe)

Zusätzlich sät jede Schülerin, jeder Schüler Radieschensamen in sein eigenes Pflanzgefäß.

Unterrichtsmaterial

Ein Pflanztagebuch begleitet das Projekt im Unterricht.

Projektablauf



Projektpräsentation



Projekt zur Ernährungsbildung in der Grundschule

Wrap`n Roll im Klassenzimmer! Wissen wie`s wächst und schmeckt

Dauer: April bis Juni (etwa 6 Wochen)

Konzept:
Kompetenzzentrum für Ernährung in Kooperation mit der Landesanstalt für Wein und Gartenbau im Auftrag des Bayerischen Staatsministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten; mit Unterstützung des Staatsinstitutes für Schulqualität und Bildungsforschung

Ziele des Pflanzprojekts

Ursprung

Kinder in Kontakt mit dem **Ursprung von Lebensmitteln** zu bringen

Wertschätzung

Kindern durch praktische Erfahrung zu einer **höheren Wertschätzung** von Lebensmitteln zu verhelfen

Ernährung

Kinder mit allen Sinnen an eine **ausgewogene Ernährung** heranzuführen

Konzept

ZIELGRUPPE	Schüler der 1. bis 4. Klassen an Grundschulen in Bayern
ZIELE	Kinder in Kontakt mit dem Ursprung von Lebensmitteln zu bringen Kindern durch praktische Erfahrung zu einer höheren Wertschätzung für Lebensmittel zu verhelfen Kinder mit allen Sinnen an eine ausgewogene Ernährung heranzuführen
IDEE	Anbau von Gemüse, das als Gericht gemeinsam gegessen wird
INHALTE	Wo kommen unsere Lebensmittel her und wie werden sie angebaut? Wie schmecken sie und wie können sie zubereitet werden?
METHODE	WRAPKISTE und WEITERES PFLANZGEFÄß (Z. B. TETRAPAK) - Begleitung einer Pflanzkiste von der Ansaat über die Ernte bis zur Zubereitung eines Gerichts - Zusätzlich sät jeder Schüler Radieschensamen in sein eigenes Pflanzgefäß
UMSETZUNG VOR ORT	1. Anpflanzaktion ➔ 2. Zubereitungsaktion



Eckpunkte des Projekts

PFLANZGEFÄß

- > 4-5 Bäckerkisten für die ganze Klasse
- > 1 eigenes Gefäß für jedes Kind



PFLANZGUT

- > 2 Sorten Radieschen
- > Eichblattsalat
- > Schnittlauch
- > Evtl. essbare Blüte



KINDERGERICHT

- > Wrap



UNTERSTÜTZUNG

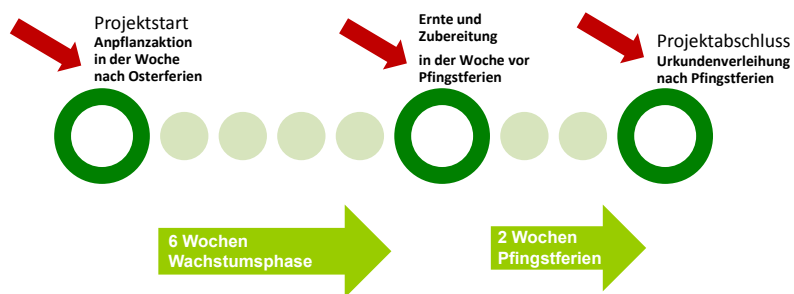
- > Genaue Ablaufpläne für beide Aktionen
- > Unterrichtsmaterialien
- > Ggf. durch eine Ernährungsexpertin

Das Projekt wurde in einer **Pilotphase** auf geeignete Pflanzgefäße, Pflanzgut und Vegetationszeit getestet. Das Ergebnis sind diese Empfehlungen.

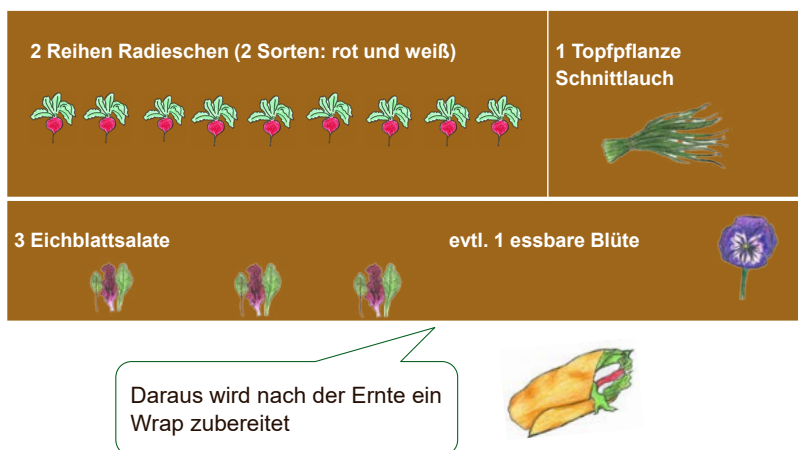
VEGETATIONSZEIT VON ETWA 6 WOCHEN

- **Anpflanzen** nach den Osterferien
- **Ernte und Zubereitung** (meist) vor den Pfingstferien
- **Urkundenverleihung** nach den Pfingstferien

Projektablauf



Anpflanzen der Wrap-Kiste



Notwendig sind...

Geeigneter Platz auf dem Aussengelände und Pflanzmaterialien

- sonnig, windgeschützt, Schutz vor z. B. Fußbällen in der Pause
- Pflanzgefäße (Plastik-Kisten, TetraPak/Joghurtbecher/Kunststoff-Planztopf), Pflanzgut, Erde, Vlies

Bereitschaft, das Projekt engagiert zu begleiten

- Circa 2-3 h Zeit für die beiden Aktionen Anpflanzen und Ernte/Zubereitung
- Außer Lehrkraft zweite Betreuungsperson für die Pflanzaktion und die Ernte- und Zubereitungsaktion
- Pflanzkisten während eines Zeitraums von 6 Wochen pflegen
- 1x wöchentlich: Begleitung des Wachstums mit den Schülern
- Gießdienst organisieren (auch am Wochenende)
- Thema immer wieder im Unterricht aufgreifen (Pflanztagebuch)

Kommunikation

- Bekanntmachung des Projekts an der Schule (Aushang) mit Informationen zum Schutzbedarf der Pflanzkiste

Elterninformation

- Schülerinnen und Schüler bringen zum Anpflanzen einen TetraPak oder großen Joghurtbecher von zuhause mit
- Zum Zubereiten: 1 Schneidebrett, 1 Teller, 1 kleines Messer
- Abklären von Allergien und Unverträglichkeiten

Vorlage Elternbrief

Vorlage Elternbrief

Adresse der Schule

Ort, Datum

GRUNDSCHULPROJEKT „WISSEN WIE'S WÄCHST UND SCHMECKT“

Sehr geehrte Eltern,

wir möchten Sie über unser neues Schulprojekt „Wissen wie's wächst und schmeckt“ für Grundschüler informieren. Das Anliegen dieses Pflanzprojektes ist es, Kinder wieder mehr in Kontakt mit der Herkunft von Lebensmitteln zu bringen.

Das Konzept dazu hat das Bayerische Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten zusammen mit dem Kompetenzzentrum für Ernährung und der Landesanstalt für Wein und Gartenbau entwickelt. Bei der pädagogischen Ausarbeitung hat das Staatsinstitut für Schulqualität und Bildungsforschung unterstützt und beraten.

Kinder pflanzen Gemüse, Salat und Kräuter im kleinen Format – in Bäckerkisten und in einem eigenen Pflanzgefäß – an und können den Weg vom Samen bzw. Pflänzchen bis hin zur Ernte und Zubereitung eines kleinen Gerichtes erleben. Dabei erfahren sie, dass Lebensmittel Zeit zum Wachsen brauchen und Pflege erforderlich ist, bevor sie ernten können.

Start ist direkt nach den Osterferien mit dem Anpflanzen. Während der Wachstumsphase von etwa sechs Wochen kümmern sich die Kinder als Paten um „ihre“ Pflanzen. Kurz vor den Pfingstferien ernten sie die Lebensmittel und verarbeiten sie zu einem kleinen Gericht, das gemeinsam verzehrt wird. Durch das Selbermachen und die praktische Erfahrung können Kinder zu einer größeren Wertschätzung für Lebensmittel gelangen.

Das Projekt vermittelt wichtige Alltagskompetenzen im Rahmen des neuen Konzeptes „Schule fürs Leben“ und ist eine wertvolle Ergänzung des LehrplanPLUS.

Mit freundlichen Grüßen

.....

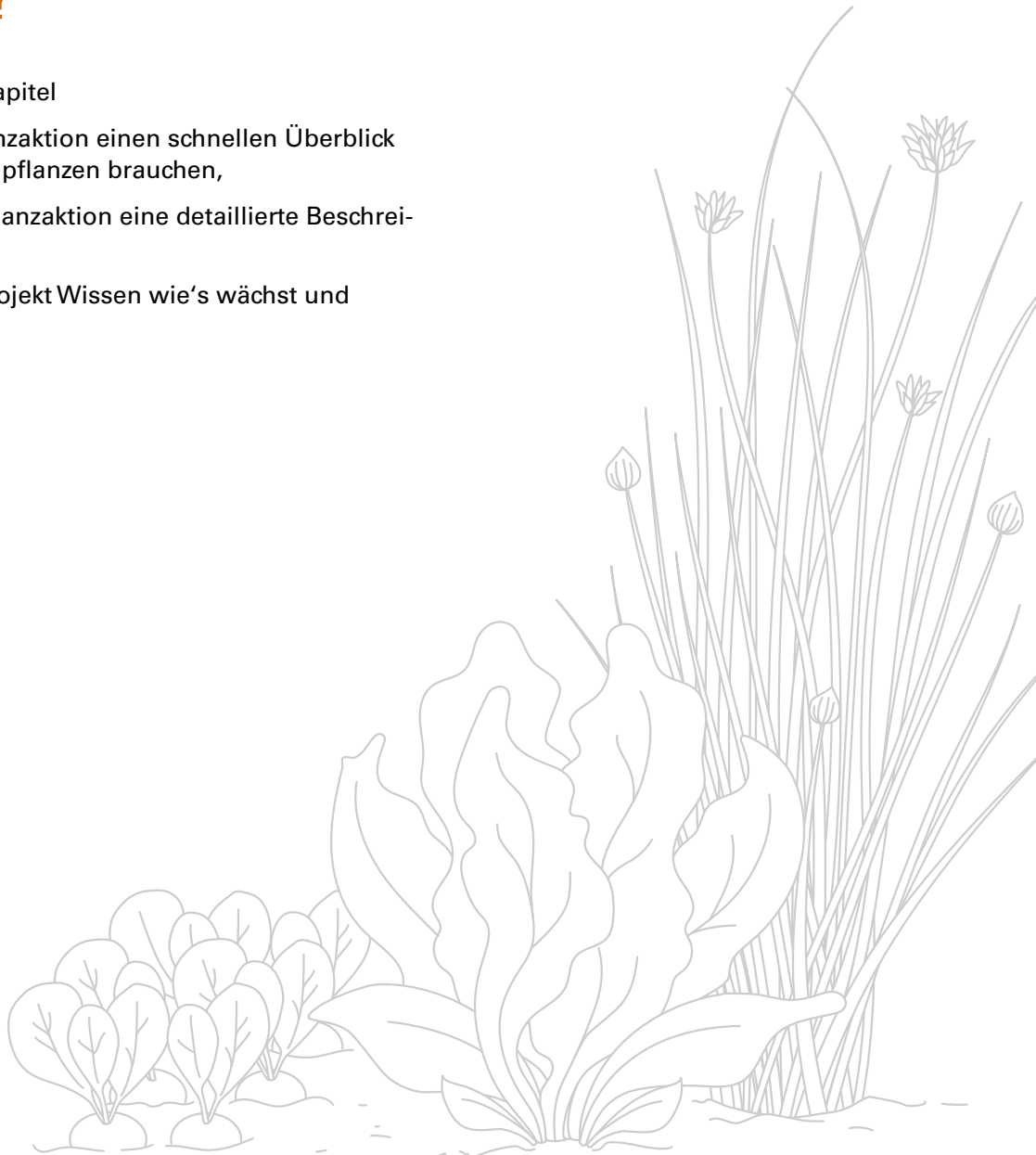
So gelingt die Umsetzung!



Sind Sie und Ihre Klasse bereit für das Anpflanzen?

Dann bietet Ihnen dieses Kapitel

- > mit der Checkliste Anpflanzaktion einen schnellen Überblick über das, was Sie zum Anpflanzen brauchen,
- > mit dem Ablaufplan Anpflanzaktion eine detaillierte Beschreibung aller Schritte,
- > ergänzende Ideen zum Projekt Wissen wie's wächst und schmeckt.



Checkliste Anpflanzaktion

Was wird benötigt?

Arbeitsmaterialien	Bezugsquellen/Anmerkungen	
> 4 Bäckerkisten/Plastikkisten hoch Maße: ca. 35 cm hoch, 40 cm breit und 60 cm lang > 1 Bäckerkiste/Plastikkiste flach Maße: ca. 7,5 cm hoch, 40 cm breit und 60 cm lang	Baumarkt	☐
Teichfolie oder Vlies	Baumarkt, Gartencenter Größe des Vlies pro Kiste: 1,30 x 1,10 m Die Teichfolie muss mit Löchern zum Abfließen des Wassers am Kistenboden versehen werden.	☐
Vlies zum Abdecken als Frostschutz (Eisheilige)	Baumarkt, Gartencenter	☐
20 Holzetiketten (Maße: ca. 30 x 4 cm)	Baumarkt oder Selbstherstellung im Werkunterricht aus Salatkisten Alternative: Kleine Kunststoffetiketten aus Joghurtbecher oder anderem festen Plastik schneiden	☐
Eigenes Pflanzgefäß für Kinder	TetraPak (1 Liter), Joghurtbecher (500 g) oder gebrauchte Kunststoff-Pflanztöpfe vom Gärtner; Behältnisse müssen unten 3-4 Löcher (Durchmesser ca. 1 cm) haben zum Abfließen des Wassers, da sonst Staunässe	☐
2 Gießkannen	Baumarkt, Gartencenter	☐
Kehrbesen, Schaufel	Baumarkt, Hausmeister	☐
Plane zum Ausbreiten auf dem Boden	Baumarkt, Hausmeister	☐
Wasserfester Stift/Marker zum Beschriften der Holzetiketten und der Pflanzgefäße	Schreibwarenhandel	☐
2-4 Tische, je nach Größe		☐

Pflanzgut	Bezugsquellen/Anmerkungen	
Je 1 Packung Radieschensamen rot und weiß (Sorte Rudi, Eiszapfen)	Gärtner, Gartencenter	☐
4 x Schnittlauch als Topfpflanze	Gärtner, Lebensmitteleinzelhandel <i>Ergänzender Hinweis:</i> Vor dem Pflanzen bis auf 3-4 cm abschneiden (abgeschnittenen Schnittlauch gleich verwerten), dann erst einpflanzen.	☐
Essbare Blüte	Hornveilchen gut geeignet, aber darauf achten, dass sie nicht mit Pflanzenschutzmitteln behandelt wurde; ansonsten blühende Kräuter nehmen, z. B. Thymian oder Schnittlauchblüten.	☐
12 x Eichblattsalat als Jungpflanzen	Gärtner	☐
5 Säcke Pflanzenerde, je ca. 65 Liter	Pro Kiste ca. 65 Liter, zusätzlich ca. 65 Liter Erde für Pflanzgefäß/TetraPaks; am besten torffreie Blumenerde, notfalls normale Blumenerde für Geranien, möglichst nicht zu fein.	☐

Sonstiges	Bezugsquellen/Anmerkungen	
Dünger	Dünger ist im ersten Jahr nicht notwendig. Im zweiten Jahr organischen Mehrnährstoffdünger nehmen.	☐
Lernplakate 1 und 2 „Komm mit in den Garten“ (je 1x pro Klasse)	Zu bestellen unter E-Mail: bay.gartenakademie@lwg.bayern.de	☐

Ablaufplan Anpflanzaktion

Kompetenzen

- > Eigenes Vorhaben „Anpflanzen“ mit den einzelnen Arbeitsschritten planen und umsetzen
- > Verantwortung für die Pflanzen während der Wachstumsphase übernehmen
- > Verständnis für Wachstumsprozesse entwickeln
- > Verstehen, wo das Gemüse aus dem Supermarkt herkommt

EINSTIEG

Ablauf	Material/Anmerkungen
Hinführung zum Thema z. B. Was ist dein Lieblingsgericht? Schülerinnen und Schüler nennen ihr Lieblingsgericht und das darin enthaltene Gemüse oder Obst, z. B. In Pizza sind Tomaten enthalten. Hat schon einmal jemand Gemüse angepflanzt? Schülerinnen und Schüler bringen ihr Vorwissen zum Anpflanzen/Gärtnern ein. Vorstellen der Gemüsearten, die in der Kiste angepflanzt werden: Radieschen, Salat, Schnittlauch, essbare Blüte Schülerinnen und Schüler bringen ihre Ideen ein, was aus dem Gemüse zubereitet werden kann, z. B. auch ein Wrap. Vorbereiten der Anpflanzaktion mit der AV Unser Pflanzprojekt	Mit Vorstellungsobjekt Gießkanne das Interesse an der Aktion wecken. Fotokarten zu Gemüsearten und Wrap AV Unser Pflanzprojekt

HAUPTTEIL

Ablauf	Material/Anmerkungen
Anpflanzen des Gemüses in der Kiste und im eigenen Pflanzgefäß (z. B. TetraPak) an zwei Stationen Die einzelnen Schritte: 1. Lehrkraft breitet mit Schülerinnen und Schüler eine Plastik-Plane zum Schutz des Bodens aus (oder Kehren nach der Aktion).	Ort: vor dem Klassenzimmer, in der Aula oder im Pausenhof 2 Betreuungspersonen sind notwendig Kinder teilen sich in 2 Gruppen Gruppe A: Bepflanzung Wrapkiste

HAUPTTEIL

Ablauf	Material/Anmerkungen
2. Lehrkraft und Schülerinnen und Schüler stellen Tische auf, um bequem bepflanzen zu können, und stellen alle Materialien bereit. 3. Schülerinnen und Schüler legen die Kisten mit Vlies (mit Löchern versehen) aus. 4. Mit einer Schaufel schütten die Schülerinnen und Schüler die Erde in die Kisten bis gut zur Unterkante der Eingriffslöcher an den schmalen Seiten der Kiste. 5. Mit Unterstützung der Lehrkraft säen bzw. pflanzen die Schülerinnen und Schüler laut der Anpflanzskizze; sie legen Radieschensamen etwa 1 cm tief in die Erde mit einem Abstand von mindestens 5 cm untereinander; im TetraPak nur etwa 3 Radieschensamen einsetzen; falls mehr eingesetzt werden, die Keimlinge in den nächsten beiden Wochen pikieren. 6. Schülerinnen und Schüler beschriften die Holzetiketten und stecken sie zur entsprechenden Pflanze in der Kiste. 7. Jeder Schüler und jede Schülerin stellt sein TetraPak in eine flache Kiste.	Gruppe B: Aussaat im eigenen Pflanzgefäß (TetraPak) dann Gruppentausch Notwendige Pflanzen und Pflanzutensilien, siehe Checkliste Anpflanzaktion Eigenes Pflanzgefäß, z. B. TetraPak Diese werden im Voraus von der Lehrkraft mit den Schülerinnen und Schüler präpariert: von einer 1-Liter Packung etwa ein Drittel abschneiden, 3-4 Löcher im Durchmesser von ca. 1 cm in den Boden stechen, um Staunässe zu verhindern; TetraPak mit Namen beschriften.

ABSCHLUSS

Ablauf	Material/Anmerkungen
Die Schülerinnen und Schüler bringen die Pflanzkisten an den vorgesehenen Standort. Die Lehrkraft fragt die Schülerinnen und Schüler nach den Bedürfnissen der Pflanzen für ein gutes Wachstum: Gießen, geschützter Platz, Abdecken mit Vlies bei Kälte. Schülerinnen und Schüler entscheiden sich für eine Pflanze, deren Pate sie sein möchten. Die Entwicklung dieser Pflanze dokumentieren sie während der nächsten sechs Wochen in ihrem Pflanzprotokoll. Aufräumen, Kehren	Standort: windgeschützt, vollsonnig, zugänglich für Regen und Schutz vor „Zerstörung“ Wie oft gießen? Wenn es nicht regnet, sollten die Kisten 2-3 mal wöchentlich gegossen werden. Eisheilige: Während der Eisheiligen zum Schutz vor Kälte ein Vlies über die Kisten legen. Schädlingsbefall: Wenn die Kisten auf dem Boden stehen, sind die Schnecken die größte Gefahr; bei Schädlingsbefall kann die Bayerische Gartenakademie angerufen werden unter der Telefonnummer 0931 9801-3333. Die Sprechzeiten der Gartenakademie sind: Mo und Do jeweils von 10 bis 12 und von 13 bis 16 Uhr. Die Mailadresse der Bayerischen Gartenakademie ist: bay.gartenakademie@lwg.bayern.de Fotografie der Pflanzkiste, Gruppenfoto für spätere Urkunde

Ideen

Zur Einstimmung, zur Auflockerung und Bewegung zwischendurch

Gemüseeintopf

In Anlehnung an das Spiel „Obstsalat“: Jedes Kind im Stuhlkreis bekommt eine der vier oder fünf (je nach Gruppengröße) Gemüsearten/Kräuter (Beispiel: Radieschen, Salat, Kohlrabi, Spinat, Schnittlauch) zugewiesen. Die Gemüsearten werden an der Tafel festgehalten. Ein Kind steht in der Mitte und hat keinen Stuhl. Diese Schülerin, dieser Schüler sucht sich ein Gemüse aus und sagt es laut in die Runde. Daraufhin stehen alle mit dieser zugeteilten Gemüseart auf und suchen sich einen neuen Stuhl. Währenddessen versucht das Kind in der Mitte, sich auch einen Stuhl zu ergattern. Gelingt ihm dies, so ist ein anderes Kind in der Mitte. Sobald jemand „Gemüseeintopf“ sagt, steht jeder auf und sucht sich einen neuen Stuhl. (leicht)

Namensspiel

Jeder nennt der Reihe nach seinen Namen und ein Gemüse/Obst, das mit **dem gleichen Anfangsbuchstaben wie der Vorname** beginnt. Beispiel: Eva – Erdbeere

Bewegungsspiel „Birne, Erdbeere, Kartoffel“

In Anlehnung an das Spiel „Feuer, Wasser, Sturm“: Für dieses Spiel wird im Vorfeld gemeinsam mit den Kindern erarbeitet, dass Kartoffeln unter der Erde, Birnen an Bäumen und Erdbeeren über der Erde an Sträuchern zu finden sind. Es wird außerdem geklärt, welche Aktion bei Nennung dieses Gemüses erfolgt (z. B. wird **Birne** gerufen, könnten die Kinder auf die Tische/Stühle steigen, bei **Erdbeere** setzen sie sich auf den Boden und bei **Kartoffel** krabbeln sie unter die Tische/ Stühle). Nun braucht die Lehrkraft ein Instrument (z. B. Trommel/Tamburin), auf dem sie in gleichmäßigem Rhythmus schlägt, während die Kinder im Klassenzimmer umherlaufen. Wird das Schlagen gestoppt, entscheidet sich die Lehrkraft zwischen „Birne, Erdbeere oder Kartoffel“ und ruft dies laut in den Raum. Je nachdem, was gerufen wurde, begeben sich die Kinder in die jeweilige Position. Der Langsamste läuft bei der nächsten Runde nicht mehr mit, sondern ist an der Reihe das Instrument zu schlagen.

Zusatzinfo: Spielt man dieses Spiel mit den Kindern öfter, so kann man die Obst-/Gemüsearten variieren/erweitern.

Oben oder unten?

Die Kinder stehen auf und stellen sich vor ihre Stühle. Zur Einstimmung wird erklärt, dass Obst und Gemüse an unterschiedlichen Orten wachsen, z. B. unter der Erde (Kartoffel, Radieschen) oder über der Erde (Gurke, Tomate, Paprika). Die Lehrkraft erzählt eine Geschichte über ein Radieschen auf seinem Weg vom Acker über den Verkauf bis hin zum Verzehr (siehe unten). Dabei trifft es auf zahlreiche weitere Arten von Gemüse. Bei Nennung des Gemüses gehen die Kinder in die Hocke, wenn es unter der Erde wächst und stellen sich mit ausgestreckten Armen hin, wenn es über der Erde wächst. **(mittel)** Mögliche Variation: Im Sinne von Partizipation wird eine Schülerin oder ein Schüler als Leiterin oder Leiter des Spiels ausgewählt. Weitere Variation: nur wenige Gemüse, z. B. Kartoffel und Tomate kommen vor. Dann muß die Geschichte angepasst werden. **(leicht)**

Die Geschichte vom abenteuerlustigen Radieschen

(kann nach Bedarf gekürzt/variiert werden):

„Ich erinnere mich noch daran, wie ich in der Erde schlief. Da war ich noch ein Baby-**Radieschen** und die Erde mein Zuhause. Eines Tages war ich schon so groß, dass ich ein bisschen rausschauen konnte. Da war ich sehr überrascht, denn ich hatte so viele Nachbarn auf dem Feld, die ich gar nicht kannte. Links und rechts von mir entdeckte ich noch andere **Radieschen** und in der Ferne konnte ich **Tomaten** erkennen. Nach kurzer Zeit stellte sich mein **Radieschen**-Nachbar vor: „Ach hallo Kollege, da bist du ja endlich. Bald kommt der Bauer/Gärtner und zieht uns raus, das hat mir der **Kohlrabi** erzählt.“ Das konnte ich überhaupt nicht glauben und fragte mich, warum er das wohl tun sollte. Da ertönte eine zarte Stimme von hinten: „Da kommt er schon, das wird aufregend, wenn wir gleich geerntet werden!“ Es war der **Spinat**, der den Bauer/Gärtner bereits gesichtet hatte. Danach ging alles ganz schnell und ich wurde mit einem Ruck aus der Erde gehoben. Anschließend brachte man uns alle in einem großen Traktor mit Anhänger in eine Gärtnerei. Ich war aufgeregt, weil ich nicht wusste, was als nächstes passieren würde. Der Gärtner war sehr nett und brachte uns in einen Raum, wo wir gesäubert und herausgeputzt wurden. Dort sah ich noch viel mehr Gemüse als auf dem Feld. Neben meinen **Radieschen**-Kollegen konnte ich zum Beispiel **Gurken** erkennen. Darüber hinaus putzte der Gärtner gerade **Sellerie**. Als wir alle fertig waren, fuhren wir mit einem großen Laster. Diesmal war das Ziel ein Supermarkt/Hofladen/Marktstand/... . Ich wurde dort mit den anderen zusammen so hingelegt, dass die vorbeilaufenden Leute uns gut sehen konnten. Am nächsten Tag kam eine Frau und kaufte mich, zusammen mit einer **Kartoffel**, **Blattsalat** und **Schnittlauch**. Als wir zuhause in der Küche der Frau ankamen, lag eine **Karotte** neben mir. Wir wurden geputzt, geschält und in Scheiben geteilt. Ich landete schließlich zusammen mit dem **Blattsalat**, einer **Paprika** und ein paar **Tomaten** in einer großen Schüssel und die Frau übergoss uns mit Dressing. Da ging mir ein Licht auf: Wir waren die Salatbeilage zum Mittagessen! Die **Karotte** sah ich zusammen mit der **Kartoffel** in einer großen Auflaufform im Ofen verschwinden. Die Frau hatte sie mit Käse bestreut! Am Ende lag ich auf einem Teller und als ich nach oben blickte, traf mich der Blick von zwei hungrigen Kinderaugen ...

Quiz – zum zweimal Nachdenken

Welches Gemüse ist immer lustig? Antwort: Die Kichererbse

Den ersten Teil sollst du vergessen. Der zweite Teil gehört nicht dir, sondern alleine mir. Der dritte Teil reimt sich auf Licht und bedeutet Nein. Welche Frühlingsblume wird hier gesucht? Antwort: Vergissmeinnicht

Mit welchem Gemüse kann man echten Prinzessinnen angeblich den Schlaf rauben? Antwort: Erbse

Manchmal bin ich gelb, manchmal rot, habe immer eine pelzige Haut und einen harten Kern. Antwort: Pfirsich

Ratet Kinder, was ich bin, hänge hoch im Baume drin. Habe rote Wangen, ein Stänglein auch und einen dicken roten Bauch. Antwort: Apfel

Was setzt der Gärtner als erstes in seinen Gemüsegarten? Antwort: Seinen Fuß

So schmeckt es lecker!



Ist es Zeit, das Gemüse zu ernten und daraus ein kleines Gericht zuzubereiten?

Dann bietet Ihnen dieses Kapitel

- > mit einer Checkliste einen schnellen Überblick über das, was Sie alles zum Ernten und Zubereiten brauchen,
- > mit einem Ablaufplan eine genaue Beschreibung der einzelnen Schritte beim Ernten und Zubereiten,
- > einen Rezeptvorschlag für ein Kindergericht.

