

Aktion: Unbekanntes Gemüse oder Obst

Unbekanntes Gemüse: Mit allen Sinnen genießen

Ziel der Aktion

Geschmacksvielfalt entdecken und Genuss als positiven Sinneseindruck wahrnehmen.

Fachliche und didaktische Relevanz des Themas

Alltägliche Ess- und Konsumententscheidungen werden von Food Values und Esskultur beeinflusst und gerahmt, sodass insbesondere Werte wie z.B. Preis, Sicherheit und Geschmack beim Konsum von Lebensmitteln von Bedeutung sind (Grundmann et al. 2022, Lusk & Briggeman 2009). In der Bildung für eine Nachhaltige Ernährung werden diese Werte aufgegriffen und unter der esskulturellen Perspektive betrachtet, damit Urteils- und Handlungskompetenzen angebahnt werden, um den (Ess-)Alltag nachhaltig zu gestalten (Grundmann et al. 2022). In der Schule besteht die Möglichkeit vorhandene Präkonzepte zu Lebensmitteln durch positive Geschmackserlebnisse zu verändern und Geschmacksvielfalt zu entdecken, sodass mit allen Sinnen genossen werden kann.



Kompetenzen

Die Schüler:innen können ...

- den regional-saisonalen Lebensmittelanbau dem globalen Anbau von Lebensmitteln gegenüberstellen.
- Rezepte variieren und erweitern.
- Lebensmittel unterschiedlich zubereiten und präsentieren (Esskultur - Ästhetik des Anrichtens).
- Geschmackstests planen, durchführen und bewerten.
- eigene Geschmackspräferenzen und Abneigungen kritisch hinterfragen und begründen (Farben und Gerüche: visuelle, gustatorische und olfaktorische Wahrnehmung).



Szenario des Aktionskonzeptes: Sortenvielfalt und Artenvielfalt entdecken

Neugier wecken und genießen lernen:

- Kostproben/Sinneseindrücke und Blindverkostung von Gemüsearten
- Lebensmittel in unterschiedlichen Zubereitungsarten probieren (z.B. roh oder gegart)

Aktion:

- Herstellung von Gemüsesticks, Obstspießen, Rohkostsalaten, Pürees, Suppen oder Smoothies mit unbekanntem Sorten (z.B. Rote Bete, Pastinaken, Pilzen, Grünkohl usw.)

Kommunikationsfokus

- Sortenvielfalt z.B. von Roter Bete und Möhren
- Kennenlernen unbekannter Gemüsearten (Topinambur – Verwechslung mit Ingwer)
- Präferenz und Ablehnung (Pastinake, Rote Bete)

Impulse für die fächerübergreifende Verbraucherbildung (Schule)

- Schulfeste: Verkostung von Produkten
- Globalisierung des Lebensmittelanbaus

Kristallisationspunkte für eine Allianz von Bildung & Verpflegung

- Gestaltung der Ernährungsumgebung: Informationsvitrinen, z.B. „Unbekannte heimische Gemüsesorten und -arten“
- Nachhaltigkeit in der Nähe: Regional, saisonal, unbekannt und lecker sowie die Bedeutung kurzer Transportwege
- Gestaltung von Aktionen - Denn ich weiß, was ich esse:
 - Food neophobia - Zurückhaltung beim Konsum neuer Speisen überwinden
 - Entdeckung und positive Erlebnisse mit unbekanntem Gemüse, z.B. (Grün-)Kohl und verschiedenfarbige Bete
 - Erlebnis von Geschmacks- und Farbvielfalt



Tipps & Hintergrundinformationen

BZfE – Bundeszentrum für Ernährung (2025). Obst- und Gemüsevielfalt entdecken. Unterrichtsmodule ab Sekundarstufe I

<https://www.bzfe.de/schule-und-kita/material-fuer-die-schule/sekundarstufe/obst-und-gemuesevielfalt-entdecken>

BZfE – Bundeszentrum für Ernährung (o.J.). Suchwort „Wintergemüse“. <https://www.bzfe.de/>

Grundmann, S.; Groth, K. & Langen, N. (2022). Vom Acker bis zum Teller und zurück: Bildung für Nachhaltige Ernährung. HiBiFo 4/2022.

Lusk, J. L., & Briggeman, B. C. (2009). Food values. American journal of agricultural economics, 91(1), 184-196.

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft



Vernetzungsstelle
Kita- und
Schulverpflegung
Berlin e.V.



Fördergemeinschaft
Ökologischer Landbau
Berlin-Brandenburg e.V.

Mehr Bio in Stadt und Land

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages