

Aktion: Sortenvielfalt von Gemüse und Obst

Vielfalt auf dem Acker und auf den Tellern: Sortenvielfalt im Anbau und beim Kochen

Ziel der Aktion

Das Erleben, dass verschiedene Gemüse- und Obstsorten aufgrund ihrer Merkmalseigenschaften zu einer Geschmacksvielfalt beitragen und sich in ihren Anbaueigenschaften unterscheiden.

Fachliche und didaktische Relevanz des Themas

Verschiedene Gemüse- und Obstsorten haben genetische Unterschiede und dadurch unterschiedliche Eigenschaften. Sie sehen anders aus, schmecken meist unterschiedlich und reagieren verschiedenartig auf Umwelteinflüsse, wie zum Beispiel Regen, Sonne oder Trockenheit. Andere Sorten wachsen je nach Anbauregion und Klima unterschiedlich gut. Eine Nachhaltige Ernährung schätzt und schützt diese Vielfalt, da Sorten, die an Klima und Standort angepasst sind zu besseren Erträgen führen und weniger anfällig für Schädlinge sind. Mit ihren unterschiedlichen Makro- und Mikronährstoffen sowie besonderen Nahrungsinhaltsstoffen, wie den sekundären Pflanzenstoffen, trägt ein abwechslungsreicher Konsum von bunter Gemüse- und Obstvielfalt zu einer nachhaltigen und gesundheitsförderlichen Ernährung bei.

Kompetenzen

Die Schüler:innen können ...

- Rezepte variieren und bewerten.
- zu Verbrauchervorlieben und -ansprüchen Stellung nehmen.
- Aussehen und Geschmack von Gemüse- und Obstsorten testen und beurteilen.
- die Beeinflussung des Geschmacks durch das Aussehen begründen.
- Gemüse- und Obstsorten für unterschiedliche Rezepte auswählen und begründen.
- Aktionen, z.B. „Ich weiß was ich esse“, für Mitschüler:innen planen.



Szenario des Aktionskonzeptes: Chancen & Herausforderungen von Sorten- und Farbenvielfalt

Sortenvielfalt:

- Saisonale Gemüsesorten: Abbau von Vorurteilen gegenüber unbekanntem Sorten (z.B. violetten Möhren)
- Variation bekannter Rezepte mit unbekanntem oder unterschiedlichen Obst- und Gemüsesorten

Aktion:

- (Kartoffel-)Püree mit Roter Bete, Pastinake, Sellerie und Kürbis
- Gemüseschnitzel aus Sellerie, roter und geringelter Bete



Kommunikationsfokus

- Kartoffelpüree mal anders: farbenfroh durch die Beigabe von Gemüse
- Skepsis bei vegetarischen Varianten und bei farbigem (Kartoffel-)Püree
- Sellerieschnitzel als Fleischersatz: „Sieht ja fast genauso aus und schmeckt auch fast wie Fleisch“

Impulse für die fächerübergreifende Verbraucherbildung (Schule)

Gestaltung der Ernährungsumgebung Schule:

- Fermentation von Gemüse
- Schulgarten: Aussaat und Beobachtung der Entwicklung verschiedener Gemüsesorten (z.B. Möhren)
- Konzeption und Einrichtung einer Snackbar



Kristallisationspunkte für eine Allianz von Bildung & Verpflegung

- Souveränität & Partizipation: Ich weiß was ich esse
- Möglichkeit der Wahl
- (Mit-)Gestaltung des geschützten Lebens- und Lernortes Schule

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 (2022). Birnen – Was Herr von Ribbeck wohl nicht ahnte. Sortenvielfalt für jeden Geschmack und Zweck. <https://www.bzfe.de/presse/presse-meldungen-archiv-2024-und-frueher/birnen-was-herr-von-ribbeck-wohl-nicht-ahnte>

BZfE – Bundeszentrum für Ernährung (2020). Der Saisonkalender: Wie weiß ich, welches Obst und Gemüse Saison hat?

<https://www.bzfe.de/einfache-sprache/einkaufen/der-saisonkalender>

NABU – Naturschutzbund Deutschland (o.J.). Sortenvielfalt im Gemüsebeet. <https://www.nabu.de/umwelt-und-ressourcen/oekologisch-leben/balkon-und-garten/pflanzen/nutzpflanzen/20384.html>

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft



Vernetzungsstelle
Kita- und
Schulverpflegung
Berlin e.V.



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages