HÜLSEN- UND SCHOTENFRÜCHTE

BOHNE - ERBSE - SENF UND CO.

IM GEMEINSCHAFTSGARTEN NATUR ENTDECKEN

Als Gemeinschaftsgarten »NeuLand« haben wir erlebt, wie viel Spaß Kindern das Gärtnern macht. Gerade in der Stadt haben sie kaum die Möglichkeit, Tiere und Pflanzen in einer solchen Vielfalt zu erleben wie hier im NeuLand-Garten mitten in Köln. Wir wollen Kindern ermöglichen, unseren Garten mit allen Sinnen zu erfahren, wollen sie zum Experimentieren, Probieren, Spielen, Erleben, Selbermachen und Staunen einladen. Denn NeuLand ist ein öffentlicher Raum, an dem ökologische Lebensmittelherstellung erlebt, Umweltzusammenhänge begriffen, klimabewusstes Handeln erlernt und das Bewusstsein für die Natur geschärft werden können. Um dies zu fördern, haben wir mit Unterstützung der Stiftung Umwelt und Entwicklung NRW und der Anstiftung 12 Umweltbildungsmodule ähnlich den Museumskisten zusammengestellt, mit denen Gruppen im NeuLand-Garten weitgehend selbständig arbeiten können.

Die NeuLand-Bildungsmodule stehen unter Commons-Lizenz. Das heißt, es ist erlaubt, sie zum Zweck der nicht-kommerziellen Umweltbildungsarbeit mit Kindern zu nutzen, zu vervielfältigen, zu verändern und weiterzuentwickeln.

DIE 12 UMWELTBILDUNGSMODULE

- Die Bildungsmodule richten sich an Lehrkräfte/Gruppenleitungen, die mit Kindern der Primarstufe (3./4. Klasse) im NeuLand-Garten arbeiten möchten. Sie lassen sich aber auch modifiziert mit jüngeren oder älteren Kindern umsetzen.
- Alle Bildungsmodule sind auf einen 3- bis 3,5-stündigen Aufenthalt im Garten ausgelegt.
- Alle Bildungsmodule sind sinnlich, interaktiv, spielerisch und binden die vielfältigen Möglichkeiten des Gemeinschaftgartens ein.
- Auf der Basis von fundiertem Wissen geben wir Ihnen hier Materialien zum Anfassen an die Hand wie Steckbriefe, Rallyes, laminierte Texte, Spiele, Experimentieranleitungen.
- Das Material ist so vielfältig, umfangreich, dass Sie Themen zusätzlich in der Schule weiterbearbeiten können.
- Abwechslung zwischen drei Kleingruppen + Großgruppe, genug Bewegung, Pausen strukturieren den Ablauf.
- Die Module können auch von interessierten Laien genutzt werden.
- Nachhaltiges Wirtschaften und ökologischer, umweltbewusster Anbau sind Leitideen aller Module.

MODUL-THEMEN	
1. Wärmeliebende Fruchtgemüse: Tomate/Aubergine/Paprika	Juli – Oktober
2. Hülsen- und Schotenfrüchte: Bohne/Erbse/Senf	April – Oktober
3. Wurzel- und Knollengemüse: Möhre/Radieschen/Rote Bete/Kartoffel	April – Oktober
4. Knollengemüse: Kartoffel/Topinambur	April – Oktober
5. Blattgemüse: Salat/Kohl	April – Oktober
6. Kürbisfrüchte: Kürbis/Gurke/Zucchini	April – Oktober
7. Kräuter	März – November
8. Saatgut/Pflanzenvermehrung	April – Oktober
9. Bienen	Mai – November
10. Kribbelkrabbel – Insekten, Kriechtiere, Kompostbewohner	April – Oktober
11. Ernährung/Klima	April – Oktober
12. Mitbestimmung und Stadtentwicklung	März – November
13. Pflanzkistenbau	März – November
14. Pflanzenkunde, Werkzeugkunde, Gärtnerische Techniken	Materialsammlung, ohne Anleitung

AUFBAU DER MODULE

Unsere Module sind in fünf Teile gegliedert:

1. ABLAUF

Hier ist der optimale Ablauf des Moduls festgehalten. Sie erfahren darin, wann in Klein- oder Großgruppe gearbeitet werden sollte und wie viel Zeit für den jeweiligen Themenbereich angesetzt ist. Sie erfahren, was Sie vorab besorgen sollten (Einkaufszettel) und welches Material für die Arbeitsaufträge notwendig ist.

2. ARBEITSBLÄTTER & BILDER

Die Arbeitsblätter und Bilder sind eine Zusammenstellung von Arbeitsmaterial, das im Laufe eines Moduls eingesetzt werden kann. Dazu zählen z.B. Illustrationen, aber auch Formulare für Gemüsesteckbriefe oder Geschmackstabellen, die die Kinder ausfüllen können.

3. FACHWISSEN & BILDTAFELN

Dabei handelt es sich um eine Zusammenstellung von Hintergrundwissen für Lehrkräfte und Gruppenleiter sowie Pflanzentafeln in laminierter Form. Diese können Sie bei Bedarf auch während der Durchführung eines Moduls für die Arbeit mit den Kindern verwenden.

4. SPIELERISCH-SINNLICHES ERLEBEN

Hier finden Sie eine Ideensammlung für sinnliche Umsetzungselemente des Moduls. Sie können sie mit den Kindern während der Modul-Durchführung im Garten und darüber hinaus auch in der Schule/in der Gruppe/ AG umsetzen:

- Gärtnern
- Essen/Kochen/ Probieren/Sinne · Spielen
- Basteln
- Experimentieren
- Erzählung/Märchen/Witze · Tipps
- Wusstet ihr...?

5. QUELLEN/LINKS/LITERATUREMPFEHLUNGEN

Weiterführende Informationen im Internet, Buchtipps und mehr Tipps für sie

- Unsere Erfahrung hat gezeigt, dass es intensiver und lehrreicher ist, die Klasse zu einzelnen Themen in Kleingruppen arbeiten zu lassen (je etwa 8 Kinder). Sie sollten daher von mindestens zwei weiteren Aufsichtspersonen, z.B. Eltern, begleitet werden.

Sie kennen ihre Gruppe besser als wir, deshalb ist viel eigenverantwortliches Arbeiten gefragt. Die Fachinfos sind für die Kinder meist zu umfangreich. Wir gehen davon aus, dass Sie das für Ihren Klassenunterricht/Ihre Gruppenarbeit Wichtige heraussuchen und vermitteln. Ebenso entscheiden Sie, wie die Gruppen sich zusammensetzen und ob die Pause vor oder nach dem 2. Teil gemacht wird.
Nutzen Sie den Einkaufszettel, der den Modulen beiliegt, denn manchmal werden Dinge werden für die optimale Durchführung von Modulen benötigt, die nicht immer im NeuLand-Garten vorrätig sind.

HINTERGRUND FÜR KINDER UND ERWACHSENE:

WAS IST NEULAND?

Der NeuLand Gemeinschaftsgarten bringt ein Stück Landleben nach Köln. Hier kannst du im Austausch mit anderen lernen, wie Anbau und Selbstversorgung funktionieren – mitten in der Stadt. Tomaten ziehen, Feldsalat säen, Erdbeeren zupfen und Grünkohl ernten – das alles bringen sich die Gärtnerinnen und Gärtner hier gegenseitig bei.

VIELFALT UND ÖKOLOGISCHER ANBAU

Im NeuLand-Garten findest du lila Kartoffeln, grüne Erdbeeren, rote Möhren und Zebratomaten. Hier wachsen viele unterschiedliche Gemüsesorten, die du im Supermarkt nicht findest. Einige schmecken ungewohnt, einige sind selten geworden. Wenn du auf die Beschriftung achtest, kannst du Spannendes und Ungewöhnliches entdecken. Probiere die unterschiedlichen Kräuter und Wildkräuter! Alles im NeuLand-Garten wird ökologisch angebaut, das heißt: Hier werden keine giftigen oder umweltschädlichen Dünge- oder Pflanzen- schutzmittel eingesetzt.

GEMEINSCHAFT ERLEBEN

Viele Arbeiten, die im Garten anfallen, werden gemeinschaftlich durchgeführt, z.B. den Bau von Pflanzkisten, das Vorziehen, die Pflege des Geländes, der Aufbau der Wasser-Infrastruktur. Nicht nur die Arbeit, auch das gärtnerische, ökologische und handwerkliche Wissen wird geteilt. Durch den Austausch mit anderen entsteht eine Art »gelebtes Wikipedia«– und jeder kann dazu gehören.

MOBILITÄT

Gepflanzt wird in bewegliche Kästen, Kübel, Säcke, nicht in die Erde, wie in den meisten anderen Gärten. Wie überhaupt alles grundsätzlich transportabel ist – vom Gartencafé bis zum Toilettenhäuschen. Denn eines Tages wird das Gelände, auf dem NeuLand jetzt ist, bebaut.

ALLMENDE- UND INDIVIDUALBEETE: ROTE UND GRÜNE SCHILDER

NeuLand ist ein öffentlicher Garten, bei dem jeder kostenlos mitmachen kann. Deshalb sind die Pflanzkisten mehrheitlich »Allmende«-Beete. Das bedeutet: Sie sind für die Gemeinschaft und für Besucher da, werden gemeinsam bepflanzt, gepflegt, abgeerntet. Du erkennst diese Beete an den grünen Schildern. Manche Gruppen (zum Beispiel Schulklassen), die regelmäßig bei uns gärtnern, haben bestimmte Beete und kümmern sich um diese. Auch einzelne Personen oder Gruppen, z.B. Familien, können Verantwortung für eine »Beetinsel« von zwei bis sechs Pflanzkisten übernehmen. Davon können sie etwa die Hälfte selbst bepflanzen und abernten (Individualbeete). Die anderen pflegen sie federführend mit der und für die Gemeinschaft – so dass alle etwas davon haben (Allmendebeete). Pro Individualbeet zahlt man im Moment 24,-/Jahr und trägt damit du zu den laufenden Kosten des Gemeinschaftsgartens bei. Die Individualbeete erkennt man an den roten Schildern.

MACH EINFACH!

Alte Tomatensorten anbauen, neue Kartoffelsorten züchten, Bewässerungssysteme entwickeln. Wenn man solche Ideen hat, kann man sie bei NeuLand in einem eigenen Projekt erproben – und die Arbeit und/oder das Ergebnis mit anderen teile.

WORKSHOPS

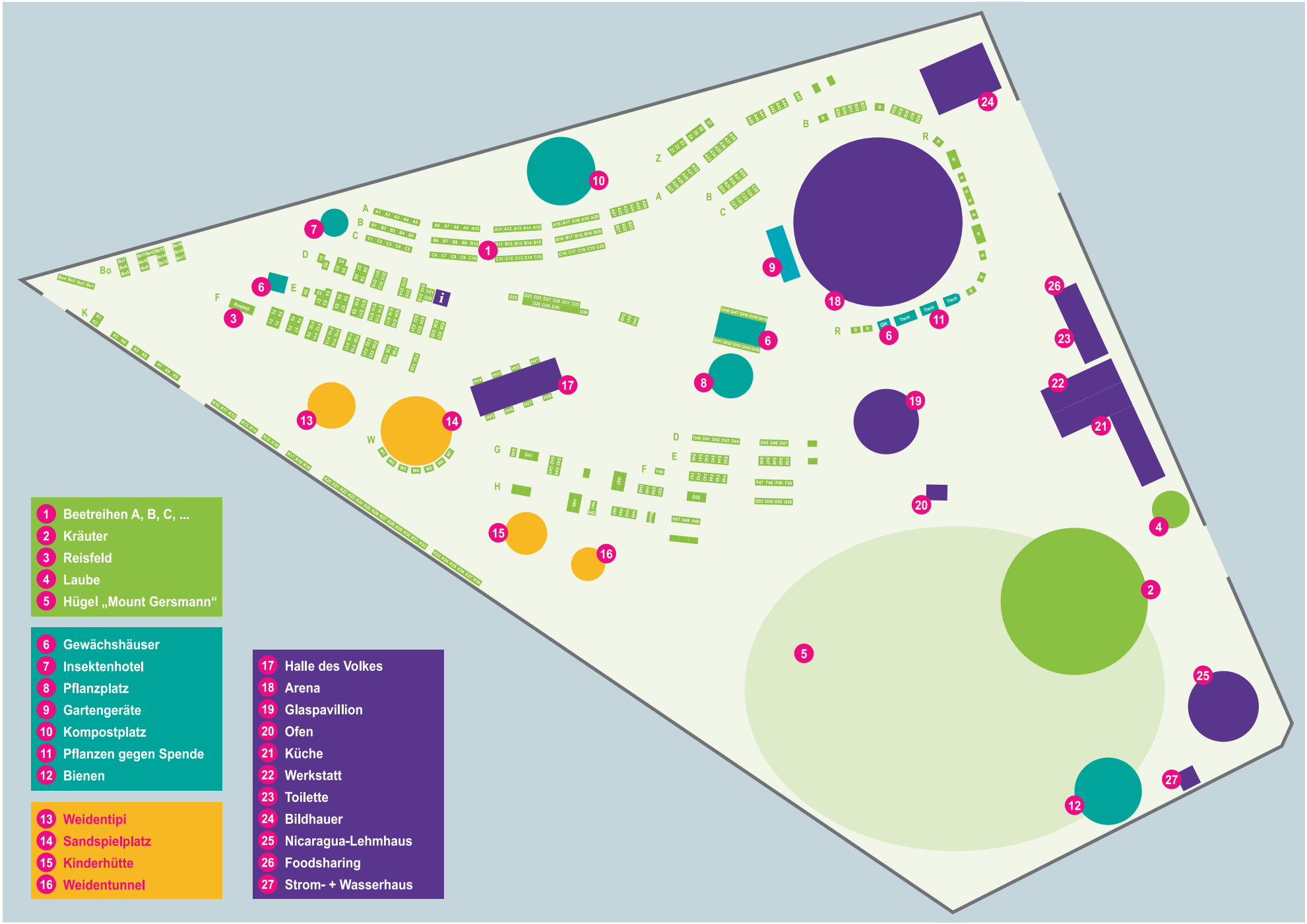
In Workshops kann man Wissen vertiefen und weiterentwickeln (Imkern, Kartoffelanbau, Mulchen) – jemand, der etwas besonders gut kann oder weiß, zeigt es anderen kostenlos. Experten ergänzen in Vorträgen und Kursen das Angebot.
Der Gemeinschaftsgarten NeuLand ist ein ökologisches Landwirtschaftsprojekt in der Stadt. Ziel ist es, durch praktisches Handeln die Diskussion über Themen der ökologischen Landwirtschaft, des Umwelt- und Klimaschutzes und des nachhaltigen Umgangs mit Ressourcen (Wasser, Erde, Energie etc.) anzuregen, Wissen wach- sen zu lassen und Menschen auf gute Ideen zu bringen, wie Natur und Klima weniger belastet werden.

INTERKULTUR, INTERGENERATION, INKLUSION

NeuLand ist für alle da, egal woher sie kommen und wer sie sind. Gärtnern kann Menschen aus unterschied- lichen Kulturen und Generationen zusammenbringen und ermöglicht die Integration von Behinderten und Nicht-Behinderten. Neben dem Betrieb des Gartens und der Wissensvermittlung sieht der Verein Kölner NeuLand das als seine Aufgabe.

ZUKUNFT

Der gesamte Stadtteil rund um NeuLand wird sich in den kommenden Jahren massiv verändern. Die Stadt Köln hat beschlossen, das riesige Gebiet rund um NeuLand und den Großmarkt bis hin zur Uni »zu entwickeln«. Das bedeutet, dass ein neuer Stadtteil entsteht. Viele Gebäude werden abgerissen, neue gebaut werden. Der Stadtteil soll »Parkstadt Süd« heißen und Wohn- und Geschäftsräume für tausende Menschen bieten. Mittendrin soll der »Innere Grüngürtel« bis zum Rhein verlängert werden – ein riesiger Park wird gestaltet. NeuLand wird umziehen und künftig einen Platz in diesem oder am Rande dieses Parks finden. Dafür setzt sich der Kölner NeuLand e.V. ein. Bürger gestalten ihre Stadt: Zwischen den Kölner Stadtteilen Südstadt und Bayenthal bauen sie auf einer ehemaligen Industriebrache einen mobilen Gemeinschaftsgarten auf. Komm vorbei, mach mit!


1 Beetreihen A, B, C, ...
2 Kräuter
3 Reisfeld
4 Laube
5 Hügel „Mount Gersmann“
6 Gewächshäuser
7 Insektenhotel
8 Pflanzplatz
9 Gartengeräte
10 Kompostplatz
11 Pflanzen gegen Spende
12 Bienen
13 Weidentipi
14 Sandspielplatz
15 Kinderhütte
16 Weidentunnel
17 Halle des Volkes
18 Arena
19 Glaspavillion
20 Ofen
21 Küche
22 Werkstatt
23 Toilette
24 Bildhauer
25 Nicaragua-Lehmhaus
26 Foodsharing
27 Strom- + Wasserhaus

ABLAUF

	THEMA	INHALT	ZEIT	ZEIT
1.	Einführung	Gesamtgruppe: Einführung in den NeuLand-Garten, die Gartenregeln und das Thema. Abfrage des Wissensstands, Geschichte vorlesen: Hans und die Bohnenranke **(AB3)**	20 Min.	0:20
2.	„Einkauf“ im Garten	Kleingruppenarbeit: „Einkauf“: Die Gruppen suchen im Garten das Hüslenfrüchte und versuchen, folgende Aufgaben zu erfüllen: • **AB1:** Gemüse-Steckbrief der unterschiedlichen Hülsenfrüchte in Stichwörtern aufschreiben und malen • **AB2:** Bohnen sammeln und messen. Wie viele verschiedene Sorten von Bohnen gibt es? • Jede Gruppe sammelt maximal 10 verschiedene Schoten (Achtung: immer nur 1 Schote von jeder Pflanze!) • Name und Pflanzdatum auf dem Schild im Beet bzw. im Pflanzplan nachlesen • Wenn ihr die Blätter probiert, wisst ihr‘s: Wo wächst Senf? Er blüht so gelb wie Raps, hat sehr dünne Schötchen und ihr dürft ihr dürft an den Blättern naschen.	30 Min.	0:50
3.	Ess- und Spielpause		30 Min.	1:15
4.	Wissensvermittlung	Gesamtgruppe: • Zusammentragen der Ergebnisse: Welche Schoten habt ihr gefunden? • Anschauen und Besprechen der Steckbriefe und Zuordnen • Sinnliches Erleben: Aussehen innen und außen, jeder darf eine Bohne/Erbse/Senfschote „pulen“ • Wissensvermittlung (Steckbrief, Historie...) • Bohnengeschichte **(AB3)**	30 Min.	1:55

5.	Praktisches Arbeiten	In drei Kleingruppen: • kreativ: Bohnen sortieren. Was ist welche Sorte, Samentüten, befüllen/beschriften **(AB5)** und Bohnenfigur basteln **(AB6),** s.auch Fotos • gärtnerisch: Jedes Kind pflanzt eine Bohne (am besten verschiedene Sorten). Beschriftet jedes Töpfchen (z.B. mit einem zerschnittenen Plastiktöpfchen als Schild). Beobachtet dann in der Schule, wie sie wachsen. • kulinarisch: Bohnen Kochen fürs gemeinsame Essen. Wie verändert sich die Farbe der Bohnen (innen und außen) durchs Kochen? Sammeln von Gewürzen für unsere Bohnen (Bohnenkraut passt besonders gut, aber auch Thymian) ACHTUNG: Bei getrocknenen Bohnen die Bohnen vorher unbedingt Einweichen (über Nacht). Auf Einkaufszettel achten!	45-60 Min.	2:30-2:45
6.	Gemeinsames Essen und Abschlussreflexion	Gemeinsam Essen, Vorlesen von „Warum alle Bohnen eine Naht haben“. Erbsen-Ratespiel (Wieviel Erbsen befinden sich in 1 Packung. Wie regelt die Klasse das Zählen, teilt sie sich auf?) Was nehmt ihr mit? Was hat euch am Besten gefallen?	45 Min.	3:15-3:30

Weiterführend in der Schule: (s. Spielerisch-sinnliches Erleben)
1. Pflege und Ernte eingepflanzter Bohnen
2. AB7: Versuch: Wo wachsen Bohnen am besten?
3. Plingmaschine (s. Spielerisch-sinnliches Erleben)

EINKAUFSZETTEL

KREATIV

Bohnenfiguren:

- ❑ Zahnstocher
- ❑ Eddingstifte
- ❑ Materialmix: Stoffreste, Perlen, Buntpapier, ...
- ❑ Scheren
- ❑ Heißklebepistole

Samentüten basteln:

- ❑ 2 Klebestifte
- ❑ 1 Hefter
- ❑ ausgedruckte Samentütenbögen (AB6)

KULINARISCH

- ❑ 5 Kartoffeln
- ❑ 2 Zwiebeln
- ❑ etwa 2-3 Netze Bohnen in Bioqualität
- ❑ Salz/ Pfeffer
- ❑ Kochtopf, Herd
- ❑ etwa 10 Messer für die Kids
- ❑ 10 Schneidebretter
- ❑ Schalen + Besteck für alle (zum Essen)
- ❑ Salz
- ❑ Pfeffer

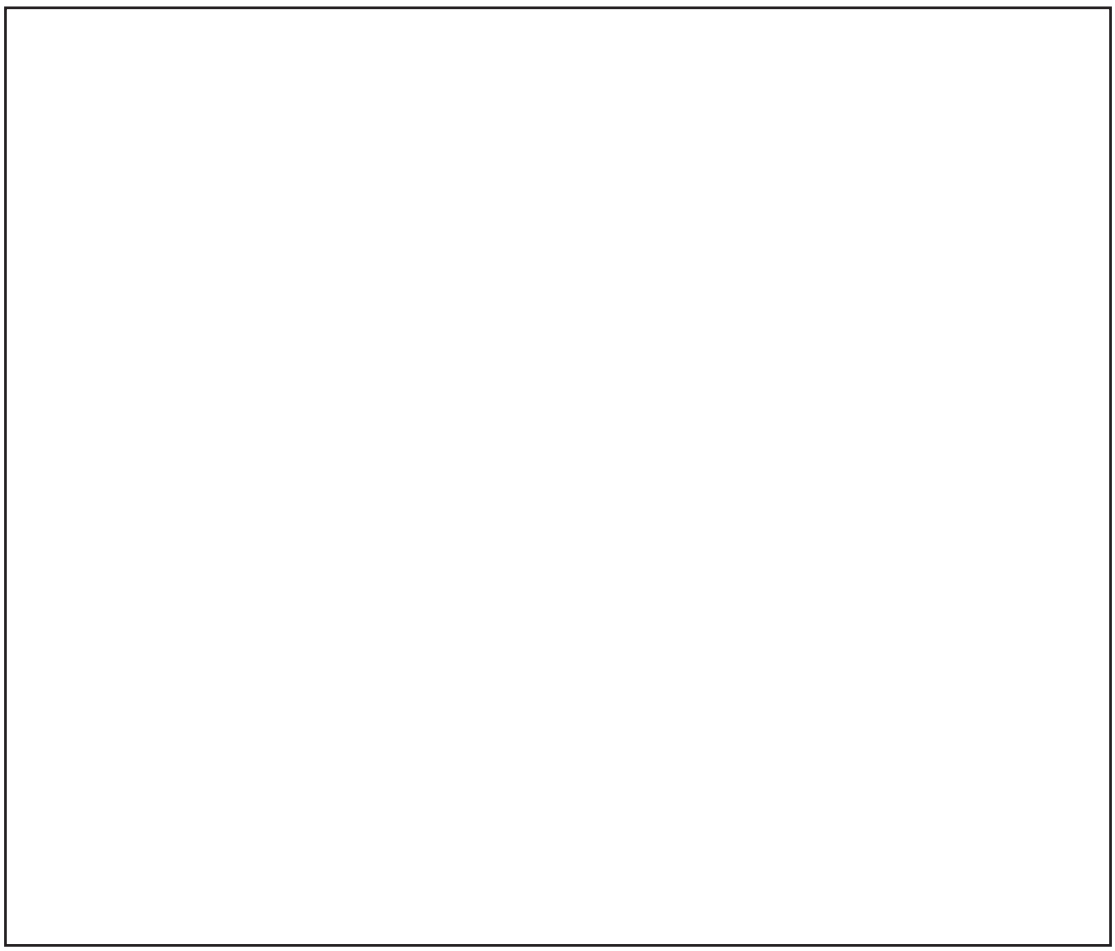
GÄRTNERISCH

- ❑ Packungen mit diversen Bohnenkernen
- ❑ Pflanztöpfchen (unterm Tisch vor dem NeuLand-Gewächshaus
- ❑ Erde (siebbar am Drehsieh nebem dem Gewächshaus)
- ❑ Bohnenkraut (wächst im NeuLand-Garten)

AUSSERDEM

- ❑ Zentimetermaß (Länge der Bohnen)
- ❑ Waage
- ❑ 1 Tüte Trockenerbsen(Glas für die Plingerbsen, Metalltablett, damit es schön laut ist)

GEMÜSE-STECKBRIEF



ZEICHNUNG

NAME:

SORTE:

KISTEN-NUMMER:

GRÖSSE:

WIEVIEL GEFUNDEN:

SONSTIGES:

WELCHE BOHNE?	GRÖSSE IN CM
1. FEUERBOHNE	
2. WACHSBOHNE	
3. STANGENBOHNE	
4. BUSCHBOHNE	
5.	
6.	
7.	

MÄRCHEN

HANS + DIE BOHNENRANKE - nach einem engl. Volksmärchen

Es war einmal eine arme Witwe, die hatte einen Sohn, der Hans hieß. Sie hatten nichts als die Milch der Kuh, um davon zu leben. Jeden Morgen trugen sie die Milch zum Markt und verkauften sie. Aber eines Tages gab die Kuh keine Milch mehr, und nun wussten sie nicht, was sie tun sollten.
Wir müssen unsere Kuh verkaufen und mit dem Geld ein Geschäft anfangen, sagte die Witwe.So zog Hans also los zum Markt, um die Kuh zu verkaufen. Auf dem Weg zum Markt begegnete ihm ein seltsam anmutendes altes Männlein, der bot ihm fünf Bohnen für seine Kuh. Da Hans kein guter Händler war und es Wunderbohnen sein sollten, ging er auf den Handel ein. Als Hans nun nach Hause kam, war seine Mutter gar nicht begeistert von dem Tausch und schimpfte und weinte die halbe Nacht und warf die Bohnen zum Fenster hinaus. Und Hans musste ohne Essen ins Bett.
Als Hans am nächsten Morgen erwachte, da schaute es in seiner Kammer ganz sonderbar aus, viel dunkler als sonst. Und was glaubt ihr, was er da sah? Ja, die Bohnen, die seine Mutter zum Fenster hinausgeworfen hatte, waren aufgegangen und zu einer großen Ranke emporgeschossen, die immer höher und höher gewachsen war, bis zum Himmel hinauf. Das Männlein hatte also die Wahrheit gesprochen.
Die Bohnenranke ragte wie eine große Leiter zum Himmel. Hans kletterte also, er kletterte, kletterte, kletterte und kletterte, bis er endlich am Himmel anlangte. Und als er hineinging, da war eine lange und breite Straße, die führte kerzengerade fort bis er zu einem großen, großen Haus kam. An der Tür war eine große, große Frau ."Guten Morgen, gute Frau", sagte Hans, so höflich er konnte. „Würdet Ihr so gütig sein und mir etwas zum Frühstück geben?" Denn er hatte noch nichts gegessen und, wie ihr wisst, auch kein Abendbrot bekommen, und er war hungrig wie ein Wolf.
„Ein Frühstück willst du," sagt die große, große Frau. „Das Frühstück, das wirst du selber gleich sein, wenn du dich nicht schleunigst auf und davon machst. Mein Mann ist ein Riese, und er hat nichts lieber als geröstetes Bubenfleisch auf Brot. Gleich wird er hier sein."
„O bitte, gute Frau, gebt mir etwas zu essen. Ich habe seit gestern früh nichts gehabt, und es ist mir schon einerlei, ob ich geröstet werde oder ob ich Hungers sterben soll."
Nun, die Frau des Riesen war kinderlieb und sie führte Hans in die Küche und gab ihm eine große Scheibe Brot und Käse und einen Krug Milch. Hans hatte aber noch nicht aufgegessen, als schon - Tapp! Tapp! Tapp! - das ganze Haus zu dröhnen begann von dem Lärm, den der Riese bei seinem Kommen machte.
„Um Himmels willen, mein Mann kommt!" rief die Frau des Riesen. „Was soll ich nur machen? Schnell, komm und spring da hinein!" Und wie ein Bündel schob sie Hans in den Ofen, gerade bevor der Riese hereinkam. Der Riese war wirklich riesengroß und ihr werdet es nicht glauben, er verzehrte drei Lämmer zum Frühstück.
Danach ging er zu einer großen Kiste, nahm ein paar Beutel Gold heraus, setzte sich nieder und zählte und zählte, bis endlich sein Kopf zu nicken begann. Und dann fing er an zu schnarchen, dass das ganze Haus wackelte.
Da kroch Hans auf den Zehenspitzen aus dem Ofen heraus, und als er beim Riesen vorbeiging, nahm er einen Beutel Gold unter seinen Arm weg und rannte, so schnell ihn nur seine Füße trugen, bis er zur Bohnenranke kam. Er warf den Beutel Gold hinunter, der, versteht sich, in Mutters Garten fiel, und dann kletterte er abwärts, immer abwärts, bis er wieder bei seinem Fenster anlangte. Er erzählte alles seiner Mutter, zeigte ihr das Gold im Beutel und sagte: „Nun, Mutter, hab' ich nicht recht gehabt mit den Bohnen? Es sind wirklich Zauberbohnen."
Nun lebten sie eine schöne Zeitlang von dem Gold im Beutel. Aber einmal nahm das auch ein Ende, und Hans beschloss, noch einmal sein Glück mit der Bohnenranke zu versuchen.
Deshalb stand er eines schönen Morgens zeitig auf und kletterte die Bohnenranke hinauf. Und er kletterte, kletterte, kletterte und kletterte, bis er wieder zu der Straße kam und zu dem großen, großen Haus ...

und da war alles wieder so wie das erste Mal. Der Riese kam herein, sagte: „Ich rieche, rieche Menschenfleisch!“ und diesmal bekam er drei geröstete Ochsen zum Frühstück. Dann sagte er: „Frau, bring mir die Henne, die die goldenen Eier legt.“ Da brachte die Frau die Henne, und der Riese sagte: „Leg!“‘ und die Henne legte ein Ei, das war ganz aus Gold. Und dann begann der Riese einzunicken und zu schnarchen, dass das ganze Haus wackelte.

Da kroch Hans auf den Zehenspitzen aus dem Ofen, packte die Henne und rannte, so schnell ihn seine Beine trugen. Aber auf einmal gackerte die Henne, und der Riese wachte auf, und gerade als Hans zum Haus hinauslief, hörte er ihn rufen: „Weib, Weib, was hast du mit meiner Henne gemacht?“

Das war alles, was Hans noch hörte, denn er eilte fort zur Bohnenranke und kletterte so schnell hinunter, als ob zehn Teufel hinter ihm her wären. Als er heimkam, zeigte er seiner Mutter die Wunderhenne und sagte: „Leg!“ Und die Henne legte ein goldenes Ei, sooft er es sagte.

Aber Hans war noch immer nicht zufrieden, und nicht lange, so beschloss er, wieder sein Glück mit der Bohnenranke zu versuchen und alles war so, wie die Male davor . Diesmal aber war er klüger und ging nicht geradewegs in das Haus des Riesen. Er versteckte sich in der Nähe hinter einem Busch und wartete, bis die Frau des Riesen herauskam und mit einem Kübel zum Brunnen ging. Da schlüpfte Hans ins Haus und kroch in einen großen Kupferkessel. Bald darauf hörte er, genauso wie früher tapp! tapp! tapp! -, und der Riese und seine Frau kamen herein.

„ich rieche, rieche Menschenfleisch“, rief der Riese. Und seine Frau sagte: „Dann ist es gewiss der kleine Bengel, der das Gold und die Henne gestohlen hat. Bestimmt hat er sich im Ofen versteckt.“ Und beide stürzten zum Ofen, aber zum Glück war Hans nicht dort. Und die Frau des Riesen sagte: „Du mit deinem „Ich rieche, rieche Menschen Fleisch!“ Gewiss riechst du noch etwas von dem Jungen, den ich dir gestern zum Frühstück geröstet habe. Nach so vielen Jahren könntest du doch endlich einmal den Unterschied zwischen lebendigen und gerösteten Buben kennen !“

Als er mit dem Frühstück fertig war, rief er: „Weib, bring mir die goldene Harfe!“ Da brachte ihm die Frau die Harfe, und er stellte sie vor sich hin auf den Tisch. Dann sagte er: „Sing!“ Und die goldene Harfe fing an, wunderbar zu singen. Und sie sang und sang, bis der Riese fest eingeschlafen war und zu schnarchen anhub, dass das ganze Haus zitterte.

Da hob Hans den Deckel des Kupferkessels auf, ganz vorsichtig, schlüpfte hinaus wie eine Maus und kroch auf Händen und Füßen zum Tisch hin, packte die goldene Harfe und eilte zur Tür.

Aber da rief die Harfe ganz laut: „Meister! Meister!“ Und der Riese erwachte gerade noch rechtzeitig, um Hans mit der Harfe aus dem Haus laufen zu sehen.

Hans lief, so schnell er konnte, der Riese ihm nach, und der hätte ihn auch bald eingeholt, aber Hans lief kreuz und quer, um den Riesen zu täuschen. Als er zu der Bohnenranke kam, war der Riese nur noch zehn Schritte hinter ihm. Plötzlich aber verschwand Hans, und als der Riese ans Ende der Straße kam, sah er ihn die Bohnenranke hinunterklettern.

Da schwang sich der Riese auf die Bohnenranke, die unter seinem Gewicht gewaltig schaukelte. Immer tiefer kletterte Hans, er kletterte, kletterte und kletterte, und hinter ihm der Riese. Schon war Hans ganz nahe seinem Haus, da rief er: „Mutter, Mutter, bring mir eine Axt! Bring mir eine Axt!“

Und seine Mutter stürzte heraus mit einer Axt in der Hand. Aber als sie zu der Bohnenranke kam, blieb sie stocksteif stehen vor Schreck, denn sie sah gerade den Riesen mit seinen Beinen durch die Wolkendecke kommen.

Hans aber war mit einem Satz unten, ergriff die Axt, und mit einem Hieb spaltete er die Bohnenranke bis zur Hälfte. Der Riese spürte, wie die Bohnenranke schwankte und bebte, und er hielt inne, um nachzusehen, was los wäre. Da schlug Hans zum zweiten Mal zu und hieb die Bohnenranke entzwei. Sie wankte und knickte zusammen, der Riese aber stürzte kopfüber hinunter und brach sich das Genick, und die Bohnenranke stürzte über ihn und begrub ihn. Dann zeigte Hans seiner Mutter die goldene Harfe. Und von dem Gesang der Harfe und von den goldenen Eiern, die sie verkauften, wurde Hans sehr reich.

Volksmärchen, frei nacherzählt von Andrea Harrenkamp

WARUM DIE BOHNE EINE NARBE HAT - Gebrüder Grimm

In einem kleinen Dorf lebte eine arme alte Frau. Die hatte die Zutaten für ein Gericht Bohnen zusammengesucht und wollte sie kochen. So machte sie sich also auf ihrem Herd ein Feuer zurecht, und damit es schneller brennen sollte, zündete sie es mit einer Handvoll Stroh an. Als sie die Bohnen in den Topf schüttete, fiel ihr eine unbemerkt auf den Boden neben die Strohhalme. Bald danach sprang auch eine glühende Kohle vom Herd zu den beiden herab. Da fing der Strohhalm plötzlich an und sprach leise: „Liebe Freunde, von wo kommt ihr her?“ Die Kohle antwortete: „Ich bin zum Glück dem Feuer entsprungen, und hätte ich das nicht mit Gewalt durchgesetzt, so wäre mir der Tod gewiss gewesen. Ich wäre zu Asche verbrannt.“ Die Bohne sagte: „Ich bin auch noch mit heiler Haut davongekommen, aber hätte mich die Alte in den Topf gebracht, ich wäre ohne Barmherzigkeit zu Brei gekocht worden wie meine Kameraden.“
„Wäre mir denn ein besseres Schicksal zuteilgeworden?“ sprach das Stroh.
„Alle meine Brüder hat die alte Frau in Feuer und Rauch aufgehen lassen. Sechzig hat sie auf einmal gepackt und so ums Leben gebracht. Glücklicherweise bin ich ihr zwischen den Fingern durchgeschlüpft.“
„Was sollen wir aber nun machen?“ sprach die Kohle. „Ich meine, antwortete die Bohne, weil wir glücklich dem Tode entkommen sind, wollen wir als gute Freunde zusammenhalten und, damit uns hier nicht wieder ein neues Unglück ereilt, zusammen auswandern und in ein fremdes Land ziehen.“
Der Vorschlag gefiel auch den beiden andern, und so machten sie sich zusammen auf den Weg. Schon bald erreichten sie einen kleinen Bach. Aber da es keine Brücke oder Steg gab, wussten sie nicht, wie sie hinüberkommen sollten. Da hatte der Strohhalm eine gute Idee und sprach: „Ich will mich quer über den Bach legen, so könnt ihr auf mir, wie auf einer Brücke, hinübergehen.“ Schon streckte sich der Strohhalm von einem Ufer zum andern. Als Erste wollte die Kohle den Bach überqueren.
Die Kohle, die von hitziger Natur war, trippelte auch ganz frech auf die neu gebaute Brücke. Als sie aber in der Mitte angekommen war und unter sich das Wasser rauschen hörte, bekam sich doch Angst. Sie blieb stehen und traute sich nicht weiter zu gehen. Der Strohhalm aber fing von der Hitze der Kohle an zu brennen, zerbrach in zwei Stücke und fiel in den Bach. Da fiel auch die Kohle hinterher, zischte, wie sie ins Wasser kam, und starb. Die Bohne, die noch vorsichtig am Ufer zurückgeblieben war, hatte alles mit angesehen. Sie musste über die Geschichte so lachen, dass sie zerplatzte. Nun wäre es beinahe auch um sie geschehen.
Zum Glück ruhte sich ein Schneider, der auf der Wanderschaft war, an dem Bach aus. Weil er mit der Bohne Mitleid empfand, holte er Nadel und Zwirn heraus und nähte sie zusammen. Die Bohne bedankte sich herzlich bei ihm. Da aber der Schneider schwarzen Zwirn gebraucht hatte, haben seit dieser Zeit alle Bohnen eine schwarze Naht.

WIE HEISST DEINE NEUE „ZÜCHTUNG“, DEINE ERFUNDENE GESTALT?

ICH HEISSE:

ICH LEBE:

DAS KANN ICH BESONDERS GUT:

MEIN LIEBLINGSGERICHT:

NeuLand
SAMEN AUS EIGENER ERNTE
NeuLand
SAMEN AUS EIGENER ERNTE
NeuLand
SAMEN AUS EIGENER ERNTE
NeuLand
SAMEN AUS EIGENER ERNTE

WACHSEN BOHNEN NUR AUF ERDE?

Vergleich unterschiedlicher Bodenbeschaffenheit, feucht!

	ERSTE WURZEL	ERSTER KEIM	ERSTES BLATT	HÖHE NACH 3 WOCHEN
Watte/ Papier-handtuch				
Sägemehl				
Schaumgummi				
Erde				
Kaffeesatz				
Sand				
1/3 Kompost 1/3 Sand 1/3 Lehm				
Eigene Mischung				

BRAUCHEN ALLE PFLANZEN WÄRME?

	ERSTE WURZEL	ERSTER KEIM	ERSTES BLATT	HÖHE NACH 3 WOCHEN
Bohne				
Kapuzinerkresse				
Ringelblume				
Sonnenblume				
Tomate				

HÜLSEN- UND SCHOTENGEMÜSE: BOHNE, ERBSE, SENF

Bohnen und Erbsen haben Blüten, die an die Gestalt eines Schmetterlings erinnern (von Juni bis September). Deshalb gehören sie zur Familie der Schmetterlingsblütengewächse.
Wenn die bestäubten Blüten verwelkt sind, bildet sich aus dem Fruchtknoten eine längliche Frucht, die Hülse oder Schote. In ihr reifen dann die Samen heran.

WAS IST DER UNTERSCHIED ZWISCHEN EINER SCHOTEN- UND EINER HÜLSENFRUCHT?
Schoten haben zwei Kammern, in denen du die Samen findest. Die beiden Kammern sind durch eine zarte Zwischenwand getrennt. Schoten sind z.B. die Früchte von Senf und Raps. Hülsen hingegen haben nur eine Kammer. Hülsen sind u.a. die Früchte von Erbsen und Bohnen.

EIN NATÜRLICHER DÜNGER!
Im Garten spielen Bohnen und Erbsen eine wichtige Rolle. Sie haben nämlich eine wunderbare Eigenschaft: Sie machen den Boden besser! Wie geschieht das? An den Wurzeln von Bohnen und Erbsen befinden sich kleine Knöllchen. In diesen Knöllchen sind Bakterien. Die sammeln den Stickstoff aus der Luft in den Knöllchen. Pflanzen brauchen Stickstoff, um gut wachsen zu können. Die Wurzeln von Bohnen und Erbsen bleiben nach der Ernte immer im Boden, und mit ihnen die Stickstoffknöllchen - damit die nächsten Pflanzen, die da wachsen, gut mit Stickstoff versorgt sind. Ein super Dünger!

BOHNE

Es gibt viele verschiedene Bohnensorten und -arten: Buschbohnen, Wachs- und Feuerbohnen, Stangen-, Butter- und Mondbohnen. Außerdem gibt es die Dicken Bohnen, die ganz anders aussehen und auch zu einer anderen Familie/Gattung gehören. Bohnen können die unterschiedlichsten Farben haben - weiß-creme-braun-rot-lila-gesprenkelt. Manche haben tolle Muster.

ACHTUNG
Rohe Bohnen sind stark giftig. Die Gifte werden erst durch Kochen unwirksam gemacht.

Wir möchten euch zwei Bohnenarten vorstellen: die Feuerbohne und die Gartenbohne (Grüne Bohne):

DIE FEUERBOHNE - PHASEOLUS COCCINEUS
heißt auch Prunkbohne. Sie gehört zu den Stangenbohnen. Das heißt, sie windet sich in Spiralen an einer Stütze/einer Bohnenstange entlang und kann bis zu 3 bis 4 Meter hoch wachsen. Die Blüten sind meist feuerrot. Die erst grünliche Farbe der Schote wandelt sich zu einem bräunlichen Farbton. Die Bohnenkerne sind glatt und haben eine schwarzbraune Fleckenzeichnung. Feuerbohnen haben einen ausgeprägten Bohnengeschmack: sie sind würzig-aromatisch und schmecken deshalb besonders gut. Sie werden aber schnell zäh, deshalb schmecken sie jung am leckersten.

DIE GRÜNE BOHNE - PHASEOLUS VULGARIS
Man unterscheidet zwischen Buschbohnen (wachsen am Boden als Büsche und werden 30-60 cm hoch) und Stangenbohnen (2-4 m hoch), die sich als Linkswinder (gegen den Uhrzeigersinn) an Stangen hochziehen. Sie gehören zu den Schmetterlingsblütlern. Die Blüten sind ausgesprochen hübsch und erinnern an Winden: Sie sind weiß, gelblich oder violett, sitzen an aufrechten, langen Blütenständen und bringen dann 10 bis 20 cm lange Hülsen mit meist weißen Bohnen hervor, die unreif geerntet werden.

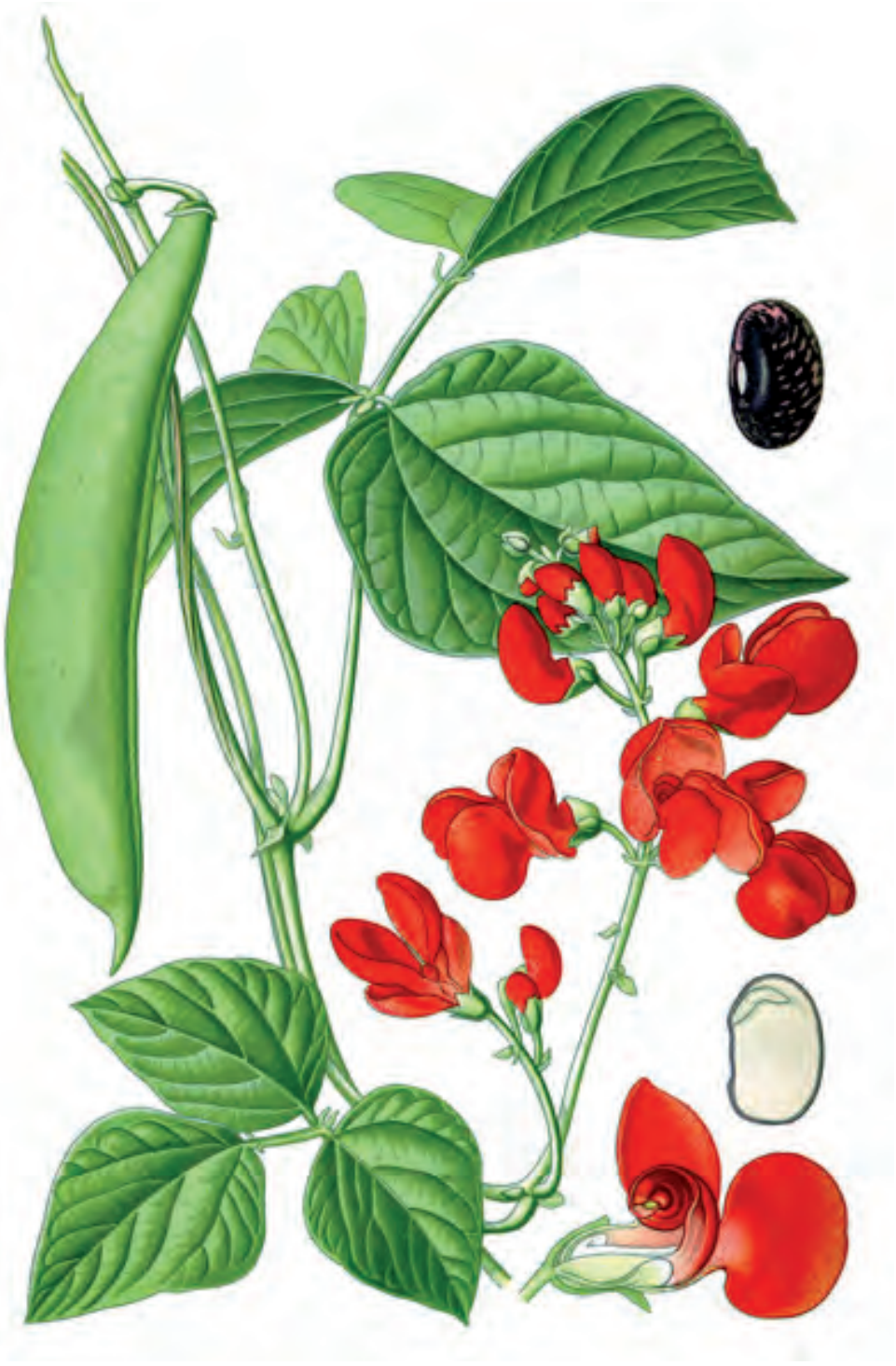
HISTORIE: (Feuer-)Bohnen kamen im Jahre 1633 aus Amerika nach Europa. Sie wurden bei uns in Gärten als Zier- aber auch als Gemüsepflanze gezogen. Kaufen kann man Feuerbohnenkerne von Januar bis September. Die heimische Ernte dauert von Sommer bis Herbst.
Grüne Bohnen werden im Frühjahr aus Italien und Spanien angeboten, im Sommer und Herbst aus heimischer Produktion. Grüne Bohnen sind heute als Gemüsepflanzen praktisch in der ganzen Welt verbreitet. Ganz jung und zart gepflückte Prinzessbohnen kommen meist aus Kenia und werden deshalb auch Keniabohnen genannt. Dabei muss man aber bedenken, wie viel Umweltgifte entstehen (u.a. das klimaschädliche Co2), wenn sie per Flugzeug nach Deutschland kommen.

WISSENSWERT: WIE DIE BOTANISCHEN NAMEN ZU DEN PFLANZEN ENTSTEHEN

DIE FEUERBOHNE - PHASEOLUS COCCINEUS
Phaseolus heißt auf Griechisch Kahn – die Bezeichnung bezieht sich auf die kahnförmige Hülse. Der Artname coccineus, lat.= scharlachrot, weist auf die rot gefärbten Blüten hin.
DIE GRÜNE BOHNE - PHASEOLUS VULGARIS
Der Artname vulgaris, lat.= gewöhnlich, bezieht sich auf den weitverbreiteten Anbau

FEUERBOHNE

Familie: Hülsenfrüchtler (Fabaceae)



Aussaat	Anfang bis Mitte Mai
Abstand / Saattiefe	70 x 60 cm / 6-8 Körner, 3 cm tief
Ernte	Nach 75 - 100 Tagen
Sonstiges	Schwachzehrer; Rankhilfe bauen, Vorsicht: Rohe Bohnen sind gifitg!

BUSCHBOHNE

auch „Gartenbohne“ (Phaseolus vulgaris)
Familie: Hülsenfrüchtler (Fabaceae)

Aussaat	ab Mitte Mai, im Juni/Juli nachsäen
Abstand / Saattiefe	40 x 40 cm / 2-3 cm
Ernte	Juli bis Oktober
Sonstiges	Schwachzehrer; reichert Stickstoff im Boden an
++ Freunde / -- Feinde	++ Erdbeeren, Gurken, Kohl, Kohlrabi, Rote Bete, Salate, Sellerie, Tomaten, Mischkultur mit Bohnenkraut schützt vor schwarzen Läusen

DICKE BOHNE

oder Ackerbohne / Puffbohne (Vicia faba)
Familie: Hülsenfrüchtler (Fabaceae)

Aussaat	ab Mitte Februar bis Anfang März
Abstand / Saattiefe	40 x 25 cm / 5 cm
Ernte	Ende Mai bis Ende Juni
Sonstiges	Schwachzehrer; frühe Aussaat, weiter, luftiger Stand helfen vorbeugend gegen Schwarze Läuse
++ Freunde / -- Feinde	++ Pflücksalat, Kohlrabi

Prunkbohne
blaue Hil
Feuerbohne

NeuLand
8'14
Feuerbohne
SAMEN AUS EIGENER ERNTE

ERBSE

Die Erbse ist eine Rankpflanze. Am oberen Ende jedes Blattstängels bilden sich Ranken, mit denen sie sich beim Hochklettern zum Beispiel an Drahtgeflecht festhält. Eine Erbsenpflanze kann bis zu 2 m weit wachsen. Die grünen Hülsen sind bis zu 10 cm lang, und enthalten die kugeligen Samen. Die Hülsen platzen zur Reifezeit auf und schleudern die reifen Erbsen heraus. Sie schmecken süßlich. Man kann die noch unreifen Erbsen als Gemüse essen oder die harten, reifen Samen für eine Erbsensuppe verwenden.

HISTORIE: Die Erbse stammt von einer Wildpflanze ab, deren Heimat das östliche Mittelmeer sowie Teile Asiens sind. Es gibt Funde von 8.000 Jahren vor Christus. Auch Ötzi kannte schon die Erbse, denn in Deutschland und Österreich waren Erbsen und Linsen, neben Getreide, das Grundnahrungsmittel der ältesten Ackerbauern. Es gibt mehr als 80 Erbsensorten, darunter Zuckererbsen, bei denen die Hülsen mitgegessen werden. Die im Rheinland bevorzugte Erbsenform ist die Markerbse mit kleinen, runzeligen, fast eckigen Körnern. Erbsen aus inländischem Anbau werden nur im Frühsommer angeboten. Im Frühjahr gibt es sie aus dem Mittelmeerraum, vorzugsweise aus Italien und manchmal aus Spanien. Die Erbse ist weltweit das viertwichtigste Gemüse.

ERBSE

(Pisum sativum)

Familie: Hülsenfrüchtler (Fabaceae)

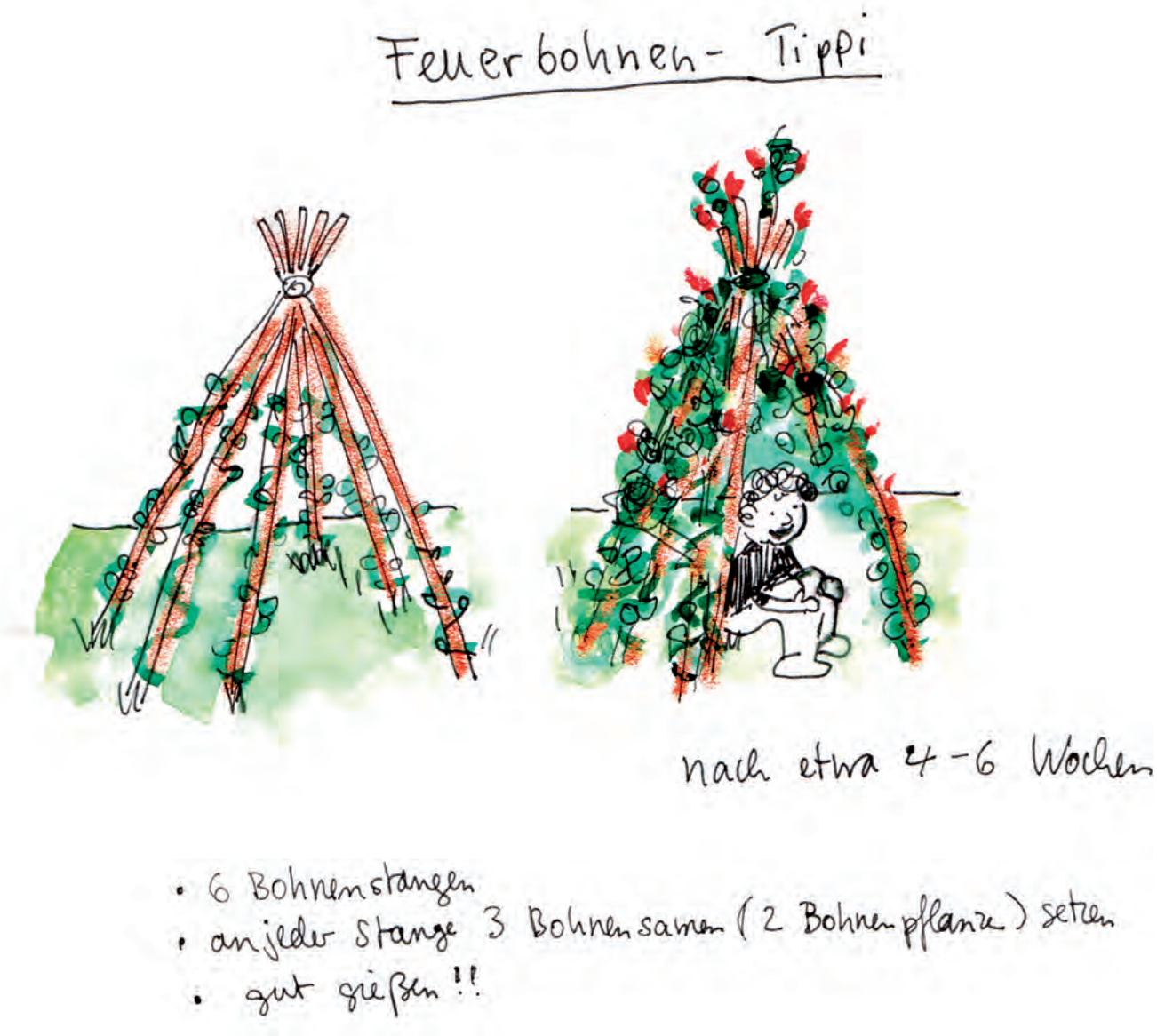
Aussaat	März – April, je nach Sorte und Klima
Abstand / Saattiefe	40 x 3 cm / 5 cm tief
Ernte	nach 2 – 3 Monaten
Sonstiges	Schwachzehrer; Abdecken wegen Vögeln
++Freunde / --Feinde	++ Fenchel, Gurken, Kopfsalat, Kohl, Möhren

EXPERIMENTIEREN

DIE SCHNELLSTE BOHNE DER WELT

Bohnen wachsen sehr leicht und gerade Feuerbohnen sehen auch toll aus. Sie brauchen eine Kletterstange und wachsen immer gegen den Uhrzeigersinn. Werden sie anders gepflanzt, winden sie sich aus!Probiert es selbst aus - vielleicht macht ihr eine Olympiade, wessen Bohne am schnellsten wächst? Die Bohne muss 5 cm tief eingesetzt werden (sonst vertrocknet sie), und es sollte draußen auch erst nach den Eisheiligen Mitte Mai geschehen, denn Bohnen lieben es warm. Nach einer Woche siehst du erste Triebe, nach zehn bis zwölf Wochen ist sie erntereif! Wenn Du lange Stäbe suchst, kannst du auch ein Bohnen-Tippi bauen und dort Indianer spielen. Dafür müsst ihr die Bohnen/Stangen nur in Zeltform aufbauen und oben zusammenbinden.

aus: Linnea + die schnellste Bohne der Welt,Verlag: bertelsmannverlag, Ch. Björn+C. Andersen

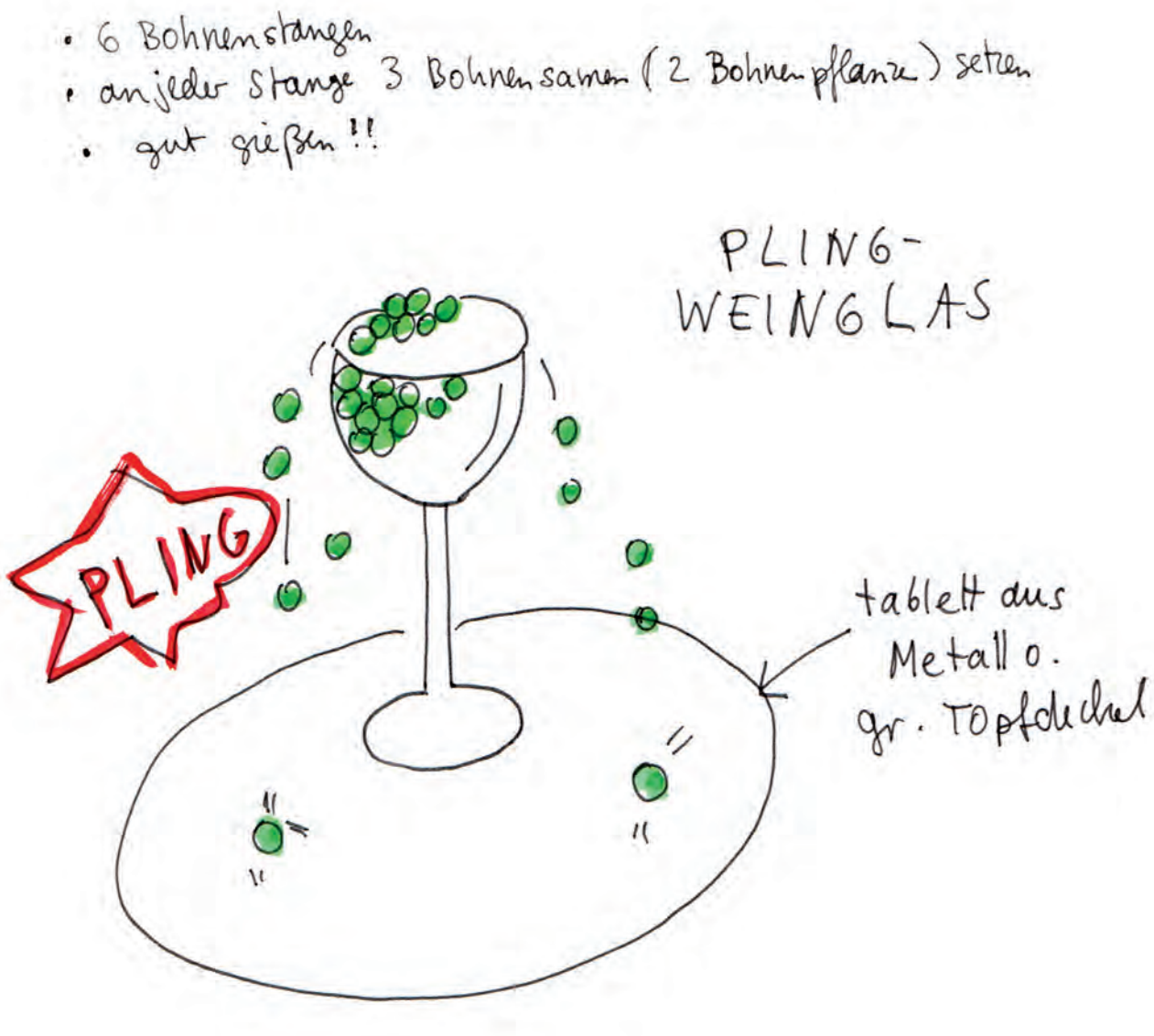


DIE PLINGMASCHINE

Ein Weinglas auf ein Blech/Metallteller o.ä. stellen und randvoll mit Trockenerbsenfüllen. Mit Wasser auffüllen. Die Erbsen quellen und irgendwann „plingt" die erste Erbse auf den Teller. Weitere folgen. Immer wieder Wasser nachfüllen, um die Maschine in Gang zu halten.

Die Quellung der Erbse wird verdeutlicht. Durch die Schale dringt Wasser in die Zellen ein, löst die Nährstoffe: Der Keimungsprozess kann beginnen!

(aus: Fantasiewerkstatt Experimente, Christopherus Verlag)



DER FADEN, DER DIE BOHNENSCHOTE ZUSAMMENHÄLT

Habt ihr schon den Faden entdeckt, der die Bohne zusammenhält? Findet ihn und piddelt ihn auf!

WACHSEN BOHNEN NUR AUF ERDE?

In welcher Substanz gedeihen Bohnen? Experiment mit : Kaffeesatz, Schaumgummi, Sand, Erde, Kreppapier, Sägemehl. Nach etwa einer Woche müsst ihr die Bohnen nach draußen setzen, weil sie jetzt Erde (Nährstoffe) brauchen. (AB 7)

BOHNEN-ERBSEN -SPRENGUNG

Ihr braucht:

- kleine Joghurtbecher oder leere Teelichter
- Gips und Anmischgefäß
- Wasser
- Trockene Bohnen/Erbsen

Max. ½ l Wasser in Gefäß schütten, Gips nach Anweisung dazu, einrühren. Wenn der Gips gerade noch weich ist, einige Erbsen/ Bohnen hineintun ,den Joghurtbecher ganz mit Gips bedecken.
Wenn der Gips trocken ist, den Block aus dem Joghurtbrecher klopfen und auf einen Teller mit Wasser legen. Der Block saugt sich nach und nach mit Wasser voll, so dass die Erbsen/ Bohnen nach 3 Tagen quellen. Sie sind so stark, dass sie den Gips sprengen!
Die Quellung der Frucht wird verdeutlicht. Durch die Schale dringt Wasser in die Zellen ein, löst die Nährstoffe: Der Keimungsprozess kann beginnen!
Aus: S 42, Fantasiewerkstatt Experimente, Christopherus-verlag, BIld

BASTELN

GEHEIMBOTSCHAFTEN

Ganz trockene, leere Feuerbohnenschoten kann man prima für Geheimbotschaften benutze. Die Schicht innen ist ganz pergamentig und lässt sich beschreiben. Hinterher klebst du die Schote mit deinem Geheimnis mit Uhu zu oder verschließt sie mit einer Kordel!
aus:Die Gemüsedetektive, Geißelbrecht-Taferner, Verlag Ökotopia, 2012 isbn: 978-3-86702-015-2, S. 13

BOHNENFIGUREN BAUEN

Wie aus Kastanien, so kannst Du auch aus Bohnen tolle Figuren erfinden. Wenn Du rote, braune und weiße Bohnen benutzt, sieht es besonders schön aus. Die Schoten kannst du auch benutzen, sie sind prima Rutschen, Tierkörper, Schilde, Köcher oder Segel für Wikingerschiffe.

Zutaten:

- entweder frische Bohnen oder etwas eingeweichte getrocknete Bohnen
- 1 wasserfester Stift
- Zahnstocher
- Naturmaterial zum Verändern, Stoff, Watte, Augen zum Draufkleben...

SPIELE

ERBSENFÜTTERUNG

Benötigt werden für acht Kinder:

- 1-2 Packungen frische Erbsen(z.B. TK, aufgetaut)
- 8 Paar Essstäbchen
- 2 kleine Schüsseln

Die Erbsen werden mit Essstäbchen gegessen. Entweder füttern die Kinder sich gegenseitig oder man bildet 2 Mannschaften und schaut, welche zuerst ihr Schälchen schafft. Ihr könnt die Erbsen roh oder erhitzt essen!

Tipp: Die Erbsen mit etwas Sahne, Zitronensaft, Salz , 1 Zwiebelund Petersilie schmackhaft machen. Alternativ kann man das Spiel mit 3 Gruppen und Bohnen anbieten: Chinesischer Bohnen-Transport

Ihr braucht:

- sechs Teller
- 3 Essstäbchen-Paare
- drei Hände voll mit unterschiedlichen getrockneten Bohnen

Drei Teller mit Bohnen werden aufgestellt, jeweils drei Teller ohne Bohnen daneben. Die Kinder teilen sich in drei Gruppen auf. Jedes Kind bekommt ein Paar Essstäbchen in die Hand.

Welche der drei Gruppen schafft es am schnellsten, alle Bohnen mit den Essstäbchen von Teller zu Teller zu transportieren?

ERBSENHINDERNISLAUF IN 2 GRUPPEN- BEWEGUNGSSPIEL

Eine Abwandung des Eierlauf-Spiels. In zwei Gruppen versuchen die Kinder die Erbsen auf einem Löffel an den Hindernissen vorbei zu transportieren.

Benötigt werden:

- 1-2 Pakete Trockenerbsen
- Hindernisse
- 2 Esslöffel
- 2 Eimer

Ziel: möglichst schnell möglichst viele Erbsen vom Start zum Ziel (Eimer) zu schaffen, ohne eine zu verlieren. Passiert dies, muss der Löffel mit Ladung zurück zum Start!

Risikofreudige Spieler füllen den Löffel ganz voll ...

aus: Die Gemüsedetektive, Geißelbrecht-Taferner, Verlag Ökotopia, 2012 isbn: 978-3-86702-015-2, S. 28

WIE VIELE ERBSEN SIND ES?

Die Spielleitung sitzt hinter einem Karton und wirft eine beliebige Zahl von Erbsen in einen Eimer/Holzkiste. Die Kinder müssen erraten, wie viele Erbsen es sind. Das Kind, das der Zahl am nächsten ist, darf der nächste Werfer sein.

aus: Die Gemüsedetektive, Geißelbrecht-Taferner, Verlag Ökotopia, 2012 isbn: 978-3-86702-015-2, S. 34

HEINZELMÄNNCHEN

Das braucht ihr:

- So viele Schuhkartons wie Kinder
- 1 Päckchen Trockenerbsen

In einem Raum wird einen Tüte Trockenerbsen verstreut. Die Kinder ziehen Schuhe und Strümpfe aus und sammeln die Erbsen nur mit den Füßen auf und tragen sie zu ihrem Schuhkarton. Das Kind mit den meiste Erbsen ist „Heinzelmann des Tages“ und darf einen rote Mütze tragen. Wenn die Fußgrößen zu unterschiedlich groß sind, sollte dies mit eingerechnet werden!

ERBSE IM SCHUH

Ein Kind (Ratende/r) verlässt den Raum. In den Schuhen von drei bis vier Kindern werden Erbsen versteckt. Der Rater lässt die Kinder nun tanzen, hüpfen, gehen, um heraus zu bekommen, in wessen Schuh eine Erbse steckt!

aus: Die Gemüsedetektive, Geißelbrecht-Taferner, Verlag Ökotopia, 2012 isbn: 978-3-86702-015-2, S. 33

KOCHEN UND ESSEN

SENF PROBIEREN!

Sowohl die Blätter, als auch die Samen des Senfs könnt ihr auf NeuLand probieren. probieren. Die Körner schmecken leicht nussig und oft erst im Nachgeschmack scharf. Die Blätter schmecken übrigens wunderbar zu Käsebroten! Probiert es einmal aus.

SENF SELBST HERSTELLEN - etwa 1l = 5 Gläser

Die Herstellung von Senf ist eigentlich ganz leicht und dauert max. 20 Minuten. Je nach Rezept gibt sogar verschiedene Möglichkeiten, um ans Ziel zu gelangen. Die Zubereitung ist bei allen Senfen ähnlich, nur manche frische Zutat wird erst nach dem Mahlen mit püriert, oder aber zerkleinert zugegeben. Durch Zugabe von etwas Öl wird der Senf cremiger. Wenn ihr habt, benutzt einen Kaffeemühle, um den Senf zu mahlen. Diese darf nicht zu heiß werden – sonst kauft ihr die Samen lieber schon gemahlen! Nach dem Mahlen schüttet ihr alles in eine Schüssel und benutzt den Pürierstab zur Vermengung.

GRUNDREZEPT – für 1 Glas

- 50 g Senfkörner, gelb + braun (oder Senfmehl)
- 40 ml Wasser
- 30 g Weinessig (5%)
- 5 g Salz
- 10 g Zucker

Senfkörner, Essig und Wasser in ein hohes Gefäß geben und mit dem Pürierstab zerkleinern, bis ein glatter Brei entstanden ist. Dann die anderen Zutaten hinzufügen und bis zur gewünschten Konsistenz weiter pürieren.
Durch das Mischen von weißen, brauen und schwarzen Senf kann man übrigens – je nach Mischverhältnis – ganz unterschiedliche Schärfegrade erzeugen. Mit der Zugabe weiterer Zutaten, wie beispielsweise Zucker, Karamell, Honig, Meerrettich, Kräuter, Gewürze, Cayennepfeffer, Estragon, Zimt, Zitronensaft, Wein, Knoblauch, Tomaten oder Paprika entstehen weitere Geschmacksnuancen zwischen süßlich mild, würzig und sehr scharf. Beispielsweise ergibt Bier einen pikanten, Wein bzw. Mostrich einen würzigen und Essig einen milden Geschmack.

SCHARFER SENF MIT KNOBLAUCH

- 100 g gelber Senf
- 100 g brauner Senf
- 300 ml Weinessig
- 100 ml Weißwein

- 100 g Zucker
- 1/2 TL Chilipulver
- 10 Pimentkörner
- 2 TL Salatkräuter
- 2 TL Knoblauchpaste gut gehäuft
- 4 TL Salz
- 2 TL Kurkuma

eventuell noch 100g geriebenen, frischen Ingwer dazu

SÜSS-SCHARFER FEIGEN-SENF

- 100 g gelber Senf
- 100 g brauner Senf
- 300 ml Weinessig
- 100 ml Weißwein

- 100 g Zucker
- 100 ml Feigenmarmelade (Alternativ Aprikosen- oder Mirabellenmarmelade)

Senf muss nach dem Ansetzen fermentieren und reifen. Zum Fermentieren wird der Senf bei Raumtemperatur in einer Schüssel 12-24 Stunden offen stehen lassen, dabei gelegentlich umrühren. Erst jetzt fängt der Senf an nach Senf zu riechen und entwickelt Schärfe. Allerdings will ich nicht verschweigen, dass die Schärfe sich noch verändert. Nach dem Fermentieren den Senf in saubere Twist-Off Gläser oder Gläschen füllen, verschließen und etikettieren. Nach 2-4 Wochen hat der Senf seinen Geschmack ausgebildet und kann verzehrt werden.

Aufbewahrung

Nach dem Öffnen sollte der Senf mit geschlossenem Deckel im Kühlschrank gelagert werden, damit er nicht an Schärfe verliert und noch gut ziehen kann. Je länger der Senf reifen kann, desto voller wird sein Geschmack. Wem der frische Senf zu scharf ist, kann ihn abmildern, in dem man ihn einen Tag bei Zimmertemperatur stehen lässt. Er hält sich einige Monate.

????WUSSTEST DU ....?

ERBSEN IN DER NASE SIND GEFÄHRLICH!

Kennst Du Astrid Lindgrens Geschichte:„Als Lisbet sich eine Erbse in die Nase steckte“?
Das ist lustig, kann aber auch gefährlich werden – besonders bei Trockenerbsen. Die quellen dann noch auf und können die Atemwege blockieren.

DIE NEUNTE ERBSE BRINGT GLÜCK!

Jede Schote enthält bis zu acht Samen. Ganz selten gibt es einen neunte, das ist dann die Zauberschote, die Glück bringt, glauben manche – wie das fünfblättrige Kleeblatt.

RÄTSEL

Wie viele Erbsen sind in einem 500 g–Beutel?
Lösung: Es sind rund 2500 Stück!
Spannend ist hierbei, wie die Kinder vorgehen, um zu zählen. Zählt jeder einen Löffel...- es gibt ja viele Möglichkeiten dazu...

HEINZELMÄNNCHEN – frei nacherzählt von Andrea

Die Schuster-Kinder Anton und Käthe finden im Wald eine seltene Blume, die nur alle hundert Jahre blüht. Der Vater erklärt ihnen, dass es die Blume der Heinzelmännchen ist, die fortan jede Nacht in die Stadt kommen und alle Arbeiten der Menschen verrichten. Solange sie nicht gesehen werden, tun sie dieses gute Werk.
Für den Bäcker backen sie das Brot und die Torten. Dem Schneider nähen sie Schürzen und Uniformen. Dem Schuster besohlen sie alle Schuhe in der Werkstatt. Für den Metzger wetzen sie die Messer. Für den Schmied entfachen sie das Feuer.
Die neugierige Schneiderin hat aber nur einen Wunsch: Sie will den Heinzelmännchen bei der Arbeit zusehen. Sie streut nachts Erbsen auf den Boden und versteckt sich hinter dem Vorhang. Als die Heinzelmännchen die Schneiderwerkstatt betreten, rutschen sie auf dem Boden aus. Aufgrund des Lärms wird ihr Mann, der Schneider, wach. Er hatte seine Frau vorher in einen Stall gesperrt, da sie sich noch auf dem Flur aufhielt. Die Schneiderin bekommt von einem Heinzelmännchen zur Strafe eine lange Nase und wird mit Sachen der Schneiderwerkstatt vertrieben. Ihre Neugier hat dazu geführt, dass die Heinzelmännchen fortan keine Arbeit mehr für die Menschen verrichten.

TITEL	VERLAG	AUTOR	JAHR
Karotte liebt Tomate – Die richtige Pflanzengemeinschaft	Ludwig Verlag	H. Wagner	2000
Komm, wir gehen raus	Verlag Kösel	S. Lohf/R. Bestle-Körfer	2010
Gemüsedetektive – Bohne & Co. auf der Spur	Ökotopia	Geißelbrecht/Taferner	2008
Überall wächst was – Alnatura Gartenkalender für Kinder	DuMont Kalenderverlag	R. Lilienthal	2011
365 Experimente für jeden Tag	Moses Verlag	A. v. Saan	2009
Das große Ravensburger Natur–Spielebuch	Ravensburger	U. Geißler/B. Rieger	2003
Naturexperimente	Ravensburger	H. Krekeler/M. Rieper-Bastian	1996
Gemüse biologisch ziehen	Bella vista	Die Gartenprofis	unbekannt
Das große Garten ABC,Aid-Gartenkinder-	Fleurus	U. Pellissier	unbekannt
Fantasiewerkstatt Experimente	Christophorus Verlag	H. Köster	2005
Früchte-Samenuhr	Ellermann	U. Jacobs	2002
Mein Bastelgarten	Velber Verlag	I. Dawn/E. Mitchel/M.Norris	2013
Alles über Obst und Gemüse – Mit Kürbis & Co. durch die Jahreszeiten	Esslinger Verlag	S. Lebot	2007
Das große Garten ABC	Fleurus	U. Pellissier	
Meine Gartenwerkstatt	Gerstenberg	A. Leizgen	2013
maerchen.com			
maerchenbasar.de			
maerchen.net			

ONLINE-QUELLEN:

http://www.garten-treffpunkt.de
www.gartenratgeber.net
www.helles-koepfchen.de
http://medienwerkstatt-online.de
http://www.essen-und-trinken.de
www.der-versteckte-garten.de
http://www.sannmann.com
www.salatfritz.de
http://www.fitundgesund.at
http://www.internetjournalofcriminology.com

IMPRESSUM

Kölner NeuLand e.V.
Koblenzer Str. 15
50968 Köln
info@neuland-koeln.de

Autoren: Andrea Harrenkamp, Daniela Hohn, Hanna Stanke, Andrea Ziesler-Hoff, Julia Sommerlade, Julia Wilfing

Redaktion: Dorothea Hohengarten

Fachlektorat: Eike Wulfmeyer, Frank Methien, Hanna Stanke, Birgit Scherer-Bouharroun

Grafische Gestaltung, Illustration, Layout: Stefanie Sieben, Julika Neuerburg, Birgit Caspari, Andrea Harrenkamp

Wir danken dem aid infodienst e. V und dem Quinto Verlag für die Arbeitsblätter aus dem aid-Computerspiel „Kasimir - Garten, Zwerge & Co“

Köln, Juni 2015

Nutzungsrechte
Vervielfältigungen, Korrekturen, Ergänzungen und Weiterentwicklungen dieses Bildungsmoduls sind für nichtkommerzielle Bildungszwecke per Creative Commons- Lizenz erlaubt. Bei Fotos und Illustrationen müssen die jeweiligen Creative-Commons-Lizenz-Bedingungen (s. Quelle) beachtet werden.

Dieses Bildungsmodul wurde ermöglicht durch:

STIFTUNG UMWELT UND ENTWICKLUNG NORDRHEIN-WESTFALEN

anstiftung