

Energie & Energiewandel

Zusatzversuch: Geschmackstest mit exotischen und heimischen Lebensmitteln

02.01.08



Versuchsdauer ca. 20–30 min

Sitzkreis

Material und Hilfsmittel

- Löffel
- Zahnstocher
- Gegarte Stärketräger, möglichst aus allen Kontinenten (je nach Verfügbarkeit), klein geschnitten oder portionierbar; insgesamt so viel, dass alle Kinder von jedem Lebensmittel 1–2 „Bissen“ probieren können.

Darunter sollten auf jeden Fall sein:

- diverse Getreidesorten
- diverse Knollen/Wurzeln/Früchte (Hülsenfrüchte und süße Früchte)

Möglich sind u. a.:

Hafer, Hirse, Kartoffeln, Mais, Maniok, Reis, Roggen, Süßkartoffeln, Weizen, Yams, Bananen, Kichererbsen, Kuskus, Maronen, Soja, Karotten, Linsen

Schritt für Schritt

Ausgehend von der Frage, wie die einzelnen exotischen und heimischen Stärkepflanzen schmecken, probieren die Kinder nacheinander die Nahrungsmittel und vergleichen Geschmack, Aussehen und Konsistenz.

Unterschiede zwischen den Stärkepflanzen lassen sich vor allem festmachen an:

- der Konsistenz: Getreidekörner sind wegen der Schale fester (siehe auch Modul 04.02 „Hefe – oder: was macht das Brötchen locker?“)
- der Süße: Karotten, Esskastanien/Maronen oder Süßkartoffeln haben z. B. einen etwas höheren Zuckeranteil

Ergebnis: Alle Stärketräger sind in ihrer ursprünglichen Form relativ geschmacksneutral.

Didaktische Hinweise

Kinder bewerten die ungewürzten Nahrungsmittel oft negativ, weil sie „nicht schmecken“. Die Geschmacksneutralität sollte von der Lehrkraft deshalb als Vorteil herausgestellt werden, denn: alle Kulturen nutzen Kohlenhydratträger als „neutrale“ Basis für die Küche – der typische Geschmack eines Gerichts entsteht durch die Koch-Kombinationen und Gewürze.

Erst durch das Probieren wird der „Kreis des SchmeXperimentes“ geschlossen, da Kinder über das „Schmecken“ verschiedener, oftmals unbe-

kannter Nahrungsmittel eine besondere Beziehung zu diesen aufbauen und sie auch in ihren Alltag integrieren können. Oft wird den Kindern durch das Probieren auch bewusst, dass sie den ursprünglichen Geschmack eines „bekanntem“ Nahrungsmittels gar nicht mehr kennen. Dies kann als Ansatz für eine Klassendiskussion zum Thema „Lebensmittelherstellung“ genutzt werden.

Erweiterung: Nahrungszubereitung

In Nachmittags-AGs oder an Projekttagen kann das Modul erweitert werden, indem einzelne Nahrungsmittel mit den Kindern gemeinsam zubereitet werden.

Dabei können die Geschmacksunterschiede durch die verschiedenen Garmethoden erkundet werden, z. B. beim Kochen/Dünsten und Braten/Frittieren bzw. Backen. Durch das Kombinieren mit süßen und salzigen Saucen und Dips können die Kinder zudem erfahren, wie unterschiedlich die ursprünglichen Nahrungsmittel schmecken.

Anhand unterschiedlicher Kartoffelarten und -sorten (bezogen auf die Kochfestigkeit und die Sorte) lassen sich auch Geschmacks- und Konsistenzvergleiche an sehr alltäglichen Lebensmitteln feststellen. Viele Kinder und Erwachsene wissen gar nicht mehr, dass es verschiedene Kartoffelsorten gibt, die sehr unterschiedlich schmecken. So kann auch auf das Thema eingegangen werden, dass manche überaus geschmackvollen Kartoffelsorten wie z. B. „Linda“ nicht mehr als Pflanzgut angeboten werden, weil sie für die Agrar-Industrie auch nicht mehr gewinnträchtig genug sind.

Rezept für Schüttelpommes

Zubereitung:

Kartoffeln und /oder Kochbananen in Chipsgröße schneiden, in einer Plastiktüte mit wenig (!) Öl und ggf. Salz durch Schütteln vermengen (verteilt sich dadurch besser, als in der Schüssel) und ca. 20 Min. auf einem Backblech im Ofen goldbraun backen.



Zur Durchführung

Zur Arbeitserleichterung kann auch auf vorgegarte Lebensmittel zurückgegriffen werden, z. B.:

- Kichererbsen, Mais, Linsen und Bohnen aus Dosen
- gegarte Maronen (eingeschweift). Möglich sind auch bereits fertig zubereitete Lebensmittel, z. B.:
- Kichererbsenbrei
- Taboulé

