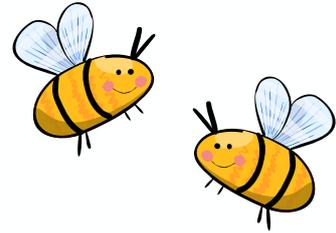




INSEKTEN- FREUNDLICHE KÜCHE



Natur ist die Basis unserer Existenz, sie entwickelt und verändert sich fortwährend. Die komplexen Zusammenhänge der Ökosysteme der Erde sind nicht immer leicht zu verstehen, dennoch können wir anhand von gut gewählten Beispielen diese verdeutlichen und den Bogen von unserer Ernährung hin zu Ökosystemen schlagen.

Wir wollen hier den Schwerpunkt auf eine insektenfreundliche Küche legen, denn das ist ein Ansatz, mit dem wir Kindern und Jugendlichen viele Möglichkeiten zur Selbstreflexion und Selbstwirksamkeit bieten.

Es soll darum gehen, sich mit den kleinen Lebewesen zu beschäftigen, sie zu beobachten, etwas über ihre Lebensweise lernen, vielleicht auch mal die Perspektive zu wechseln und sich auf einen neuen Blickwinkel einzulassen.

Das erleichtert uns den Zugang zu komplexen Themen und der Frage, was kann ich denn schon tun? Bei der Gestaltung von blühenden Balkonkästen oder Blühflächen können wir alle selbstwirksam werden und tatsächlich etwas tun!

Dass das Insektensterben voranschreitet müssen wir an dieser Stelle nicht weiter vertiefen, dennoch sollten wir hier differenzieren zwischen insektenfreundlich, wildbienenfreundlich und honigbienenfreundlich.

Auf die Honigbienen, als „Haustiere“, möchten wir an dieser Stelle nicht weiter eingehen, sondern die wildlebenden Arten kurz in den Blick nehmen. Manche Insekten ernähren sich ausschließlich von ganz speziellen Blühpflanzen, ihnen ist nur geholfen, wenn wir ihr Habitat und ihre spezifischen Futterpflanzen schützen.

Andere Arten sind Generalisten und kommen mit vielem zurecht. Hier können wir also leichter ansetzen.

Wir wollen euch motivieren, blühende Küchenkräuter anzupflanzen, da sie sowohl ein Nahrungsangebot für viele Insekten bieten, als auch in unserer (experimentellen) Küche Verwendung finden können. Gleichzeitig sehen sie in Balkonkästen wirklich schön aus und sind ein Blickfang in jedem Eingangsbereich. Lasst doch auch mal den Schnittlauch blühen und probiert seine süßlichen Blüten!

Wenn ihr tiefer ins Thema und z.B. den Wildbienenschutz einsteigen wollt, so solltet ihr euch vor allem beim Thema Nisthilfen (nicht Hotels) gut belesen, denn Wildbienen haben ganz spezifische Anforderungen an ihre Nist-/Brutstätten. Nicht jede gut gemeinte Nisthilfe hilft am Ende auch. Hier findet ihr tolle Beispiele und auch gleich konkrete Anleitungen, müsst aber ein bisschen lesen: www.wildbienen.de/wbschutz.htm



Der Einstieg - Sensibilisiert eure Gruppe

Ein Blatt Zitronenmelisse zwischen den Fingern zerreiben und daran riechen, ein Pfefferminzblatt in den Mund nehmen oder die Blüten des Lavendels in die Wäsche legen? Aber auch zuhören, wie fleißige Bienen am Bohnenkraut summen, zusehen wie eine dicke Hummel zwischen den Blüten des Lavendels brummt, oder am blühenden Dost Schmetterlinge beobachten? Macht einen Spaziergang durch die Nachbarschaft und schaut, was ihr so entdecken und erschmecken könnt. Alternativ bringt ihr schon einen schön gestalteten Blumenkasten wie unten beschrieben mit und erkundet ihn gemeinsam.

Dieses Projekt wird gefördert vom Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration aus Mitteln, die der Landtag von Baden-Württemberg beschlossen hat.



#4 Challenge



AUFGABE FÜR EINSTEIGER*INNEN



DER INTELLIGENTE BLUMENKASTEN

Gestaltet euch euren eigenen essbaren „Insektenfutterplatz“!

Zur Bepflanzung eignen sich viele mehrjährige Stauden, vor allem aus der nektar- und pollenspendenden Familie der Lippenblütler. Hierunter befinden sich auch viele Küchenkräuter, die nicht übermäßig groß werden und sehr hübsch blühen, wie beispielsweise Rosmarin, Lavendel, Thymian, Dost, Bohnenkraut, Salbei, Ysop oder Pfefferminze, Oregano, Zitronenmelisse. Auch Schnittlauch – wenn er denn blühen darf – passt in das Sortiment.

Wenn es euch nicht nur um eure Ernte und die Blüten für die Insekten geht, sondern auch noch um die Ästhetik, dann bietet es sich an, sich auch über die Auswahl des „Kastens“ Gedanken zu machen, vielleicht bieten sich ja auch ein paar alte Schuhe oder ein anderes cooles Pflanzgefäß an. Auch die Zusammenstellung der Kräuter kann dann bedacht werden, denn manche wachsen hoch oder blühen (wie der Schnittlauch) erst spät im Sommer.

Wenn ihr größer planen wollt, so lasst jedes Kind seinen eigenen Blumenkasten bepflanzen und mit nach Hause nehmen.

Eine weitere Möglichkeit ist, die Aktion auch als Kinderferienprogramm anzubieten und nach der Bepflanzung der Kästen einen frischen Kräuterquark (Frischkäse essen die Kids oft lieber) zuzubereiten und gemeinsam schön dekorierte Brote zu verzehren.

Hier gibt es eine gute Übersicht, der nichts hinzuzufügen ist:
www.bienenretter.de/hilf-den-bienen/kr%C3%A4uter-f%C3%BCr-bienen/

und in Flyer Form:

www.lwg.bayern.de/mam/cms06/bienen/dateien/blumenkasten.pdf

#4 Challenge



AUFGABEN FÜR FORTGESCHRITTENE

SELBER AKTIV WERDEN



Gestaltet und pflanzt euch eure eigene Kräuterspirale!

Wenn ihr tatsächlich ein bisschen Garten-/Rasenfläche zur Verfügung habt, bietet es sich auch an, eine richtige Kräuterspirale anzulegen und so über mehrere Wochen das Projekt beobachten und genießen zu können. Das braucht natürlich eine gute Planung, was Materialien und Ausrichtung angeht - im Internet gibt es hierzu vielfältige Anleitungen, zB diese hier: www.nabu-rlp-sued.de/natur-im-garten/bautechniken/kr%C3%A4uterspirale/

Das Anlegen einer Kräuterspirale ist ein großes Projekt, braucht viele helfende Hände und erfordert auch etwas Kraft. Wenn es als Bauprojekt angelegt wird, kann man auch Jugendliche und junge Erwachsene dafür begeistern, mit ihren Händen etwas nachhaltiges zu erschaffen. Wenn es dann schon etablierte Koch-Abende gibt, oder die Kräuter für das Sommerfest oder das Zeltlager geerntet werden können, so ist der Anreiz sicherlich noch größer. Vielleicht findet sich auch eine örtliche Firma, die das Projekt finanziell unterstützt?

Stellt selbst Samenpapier her!

Die Herstellung von Samenpapier ist tatsächlich recht einfach und braucht auch nicht viele Materialien. Es ist eine tolle Aktion mit Kindern, auch mit kleineren Kindern, aber ob dann das Papier auch tatsächlich einpflanzt, Kräuter wachsen und gegessen werden und Insekten sich erfreuen können hat man so natürlich nicht in der Hand. Es kann aber auch eine gute Gelegenheit sein, darüber mit Erwachsenen ins Gespräch zu kommen, z.B. wenn ihr den Kindern zu ihren selbstgemachten Samenpapieren eine Anleitung für einen insektenfreundlichen Balkonkasten mitgebt!

Ihr braucht:

- Saatgut für Küchenkräuter, wie oben beschrieben
- Altpapier (Zeitungen, Eierkarton)
- gegebenenfalls Krepppapier zum Einfärben
- Papierschöpfrahmen (kann man vielleicht in einer Schule ausleihen) oder Gitterdraht, oder feinmaschige Küchensiebe
- Pürierstab, alte Geschirrtücher, Schwammtücher, Schüsseln und Ausstecherle



So geht's:

1. Papier in kleine Fetzen reißen und je nach Farbwunsch mit etwas buntem Krepppapier und Wasser mindestens eine Stunde einweichen lassen
2. Papiermischung pürieren (das ist die Pulpe)
3. Eine Ausstecherle auf einen Papierschöpfrahmen oder in ein Küchensieb stellen und etwas Pulpe hineingeben, die Samen aufstreuen, gut andrücken. Evtl. mit einem Schwammtuch das Wasser abnehmen, die Förmchen abnehmen und auf einem Geschirrtuch trocknen lassen
4. Die getrockneten Herzen, Hasen, Blumen, Dinos.... Können mit einem Locher gelocht werden und mit einem Bastbändchen als Aufhänger dekoriert werden.