

Station 1: Wann wächst was?

1. Suche 6 Obstsorten und 6 Gemüsesorten aus, die du gerne isst.
2. Ordne diese den entsprechenden Jahreszeiten zu, in denen das Obst bzw. Gemüse in Deutschland wächst.
3. Überprüfe deine Vermutung mit Hilfe des Saisonkalenders. Ergänze die Tabelle mit deinen Obst und Gemüsesorten.
4. Falls nötig: Suche zu den restlichen Jahreszeiten, für die du bis jetzt noch nichts gefunden hast, je 2 Obst- und Gemüsesorten.
5. Löse die Übungsaufgabe auf dem Arbeitsblatt.

Arbeitszeit: 10-15 Minuten

Station 1: Saisonales Obst und Gemüse

In jeder Jahreszeit gibt es bestimmtes Obst und Gemüse, das in Deutschland angebaut und geerntet werden kann.

Jahreszeit	Frühjahr März-Juni	Sommer Juni-September	Herbst September-Dezember	Winter Dezember-März
Obst				
Gemüse				

Du möchtest einen Kuchen backen und dazu frisches Obst verwenden, welches saisonal bei uns geerntet wurde. In welchen Monaten machst du...

... eine Erdbeertorte? _____

... einen Kirschkuchen? _____

... einen Streuselkuchen mit Zwetschgen? _____

... einen Apfelkuchen? _____

Station 2: Alles zu seiner Zeit

1. Lese den Text aufmerksam durch.
2. Notiere auf das Arbeitsblatt 6 Vorteile, die im Text für saisonale Lebensmittel genannt werden.

Arbeitszeit: 10-15 Minuten

Vorteile von saisonalem Obst und Gemüse

Heutzutage gibt es Erdbeeren auch an Weihnachten und Trauben schon im Frühjahr zu kaufen. Dadurch wissen viele Menschen gar nicht mehr, wann eigentlich welches Obst und Gemüse bei uns Saison hat. Außerdem sind Erdbeeren im Juni nichts mehr Besonderes, wenn man sie das ganze Jahr über essen kann.

Wenn die Ware im optimalen Reifezustand geerntet wird, sind der Gehalt an bestimmten Vitaminen und sekundären Pflanzenstoffen am höchsten. Ausreichendes Tages- und Sonnenlicht sind die Voraussetzung, damit sich diese Stoffe in den Pflanzen bilden können. So hat z. B. eine Freilandtomate gegenüber Tomaten aus dem Gewächshaus ein um ein Drittel höheren Vitamin-C-Gehalt. Außerdem sind Geschmack und Genusswert nur bei ausgereifter Ware optimal. Werden nicht nachreifende Früchte wie Erdbeeren, Kirschen oder Trauben zu früh geerntet, können sich fruchtypische Aromen nicht voll entwickeln.

Während der Saison wächst das Obst und Gemüse im Freiland und muss nicht in beheizten Gewächshäusern oder im Folientunnel angebaut werden, wodurch viel Energie verbraucht wird und damit die Kosten erhöht.

Der Einkauf von saisonalem Obst und Gemüse wird durch das große Angebot preisgünstiger für den Verbraucher.

Station 3: Regionales Obst und Gemüse

1. Findet zu jedem Buchstaben ein passendes Obst oder Gemüse, welches in Deutschland angebaut wird.
2. Überlegt euch gemeinsam, wo man in eurer Stadt regionales Obst und Gemüse kaufen kann.
3. Notiert 3 Beispiele auf das Arbeitsblatt.

Arbeitszeit: 10-15 Minuten

A	N
B	O
C	P
D	Q
E	R
F	S
G	T
H	U
I	V
J	W
K	X
L	Y
M	Z

3 Einkaufsmöglichkeiten für regionales Obst und Gemüse in eurer Stadt:

Station 4: Regionale Lebensmittel oder Import?

1. Lest den Text aufmerksam durch.
2. Notiert auf das Arbeitsblatt 7 Vorteile, die im Text für regionale Lebensmittel genannt werden.
3. Notiert 3 Argumente, weshalb der Verzehr an Südfrüchten wie z. B. Ananas oder Mango trotzdem zunimmt.

Arbeitszeit: 10-15 Minuten

Vorteile von regionalem Obst und Gemüse

Gründe, die für einen Kauf von Obst und Gemüse aus der Region sprechen sind vielfältig. So sind Obst und Gemüse aus dem Ausland oftmals stärker mit Rückständen von Pflanzenschutzmitteln belastet. Besonders hoch belastet waren in den letzten Jahren Erdbeeren, Weintrauben, Tomaten und Paprika.

Nachteilig für die Umwelt ist es, wenn in trockenen Gebieten wie Südspanien oder Marokko sehr viel Wasser für die Bewässerung von Obst und Gemüse verwendet werden muss. Beim Anbau in Deutschland ist deutlich weniger Wasser nötig.

Außerdem verbrauchen regional erzeugte Lebensmittel bei gleichen Produktionsbedingungen weniger Energie. So benötigt z. B. der Transport von Äpfeln per Schiff aus Chile 12-mal mehr Energie als heimische Ware, entscheidend sind die unterschiedlich langen Transportwege. Extrem schädlich ist der Transport per Flugzeug: Bei der Luftfracht liegt der Energieverbrauch 520-mal höher.

Kurze Transportwege minimieren auch die Nährstoffverluste. Zum Beispiel büßen Erdbeeren schon kurze Zeit nach der Ernte Vitamin C ein, ebenso wie Duft und Aroma. Außerdem müssen Obst und Gemüse oft unreif geerntet werden, damit sie beim Kunden trotz langer Transportzeit noch frisch ankommen und entfalten nicht das gleiche Aroma wie bei Ernte in reifem Zustand.

Durch Bevorzugung von regionalem Obst und Gemüse werden die regionalen Anbauer unterstützt, so dass Arbeitsplätze erhalten bleiben. Außerdem kann besser nachvollzogen werden, woher das Obst und Gemüse kommt.

Wahl-Station 5

Spielregel:

Ein Domino-Stein wird in die Mitte des Tisches gelegt. Die restlichen Domino-Steine werden gleichmäßig auf höchstens 3 Mitspieler/ Mitspielerinnen verteilt. Reihum darf jeder einen seiner Domino-Steine an eine der beiden Seiten der Domino-Stein-Kette auf dem Tisch anlegen. Es darf nur angelegt werden, wenn eine Obst- oder Gemüsesorte und eine Saison zusammenpassen. Wenn jemand nicht anlegen kann, kommt der/die nächste Spieler/Spielerin an die Reihe. Wer als erster/erste keine Domino-Steine mehr hat, ist der/die Gewinner/Gewinnerin.

Viel Spaß!

Arbeitszeit: 10 Minuten

Walnuss	Sommer
Kirsche	Frühling
Erbse	Frühling
Radieschen	Herbst
Bohne	Herbst
Birne	Frühling
Kürbis	Sommer
Erdbeere	Sommer
Rosenkohl	Sommer
Grünkohl	Herbst
Rhabarber	Winter
Traube	Herbst
Spargel	Winter