



Tagung des Mittagessenausschusses

Nach längerer Corona-Pause hat Ende September endlich wieder unser Mittagessenausschuss getagt. Neben der Schulleitung waren Vertreter*innen der GSV und GEV, unser Caterer „Menüpartner“ sowie die Leiter*innen der Jugendtage und der Vernetzten Ernährungsbildung anwesend. In gemeinsamer Runde konnten wir erfreulicherweise feststellen, dass die Anzahl der Essensteilnehmer*innen kontinuierlich steigt und es ausschließlich positives Feedback zum Angebot sowohl in der Cafeteria als auch beim Mittagessen gibt. Durch den partizipativ gestalteten Mittagessenausschuss soll die Akzeptanz und Zufriedenheit der Schüler*innen beim Mittagessen weiter erhöht werden.



Exkursion zur Berliner Tafel

Die Koch-AG wurde von der Berliner Tafel zu einer Exkursion mit Koch-Workshop auf dem Berliner Großmarkt eingeladen. Zuerst gab es eine tolle und sehr informative Führung auf dem Gelände. Im Anschluss hat der Koch-Workshop im KIMBAexpress stattgefunden. Das ist ein alter Eisenbahnwagen, der zu einer Lehrküche umgebaut wurde. Es gab Gemüsewaffeln, frischen Salat und als Nachtisch einen Melonen-Smoothie sowie selbst geschnippelten Obstsalat. Ein wirklich toller Tag! Vielen Dank für die Einladung!

Naschsträucher von Fielmann

Im November haben wir von der Fielmann AG einige Obststräucher geschenkt bekommen. Koordiniert wurde dies von Nina Fuchs, Koordinatorin des Schulgartennetzwerks Marzahn-Hellersdorf. Sie und zwei Niederlassungsleiterinnen von Fielmann Berlin kamen zur offiziellen Übergabe der Heidelbeer-, Brombeer- und Himbeersträucher sowie einer Felsenbirne am 19.11. zu uns. Die beiden Fielmann-Mitarbeiterinnen ließen es sich nicht nehmen, die Sträucher selbst zu pflanzen. Wir bedanken uns sehr für die Unterstützung!



Stellenausschreibung: Schülerklub der CDF sucht neue Leitung

Der Schülerklub der Caspar-David-Friedrich-Schule sucht ab Sommer 2022 eine neue Leitung. Frau Cremer, die den Klub 27 Jahre geleitet hat, wird nun doch in die Rente gehen und hofft, eine/n Nachfolger/in zu finden, mit dem/der sie im Frühjahr 2022 gemeinsam ein Übergabekonzept entwickeln kann. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbungen! Näheres zur Ausschreibung erhalten Sie über Förderband e.V. Kulturinitiative Berlin.



Grünkohl-Brotaufstrich



Zutaten

100 g Grünkohl (ca. 3– 4 Stängel)	Saft 1/2 Zitrone
50 g Cashewkerne (am Abend zuvor in Wasser einweichen)	2 EL Walnussöl (oder Olivenöl)
5 Datteln	1 EL weißer Balsamico-Essig
1/2 Knoblauchzehe	50 ml Wasser
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Cashewkerne idealerweise am Abend davor in Wasser einweichen.
2. Den Grünkohl gründlich waschen und den harten Strunk heraus-schneiden. Die Knoblauchzehe schälen.
3. Alle Zutaten in einen Mixer geben und so lange mixen, bis die gewünschte Konsistenz entsteht.
4. Am besten gleich servieren oder in ein verschließbares, zuvor desinfiziertes Glas füllen und sofort kühl stellen.

Marktstand „Fresh Food“

Besonders freuen wir uns, dass unser Marktstand mittlerweile eine feste Größe im Schulalltag ist und die Jugendlichen schon bei Pausenbeginn Schlange stehen. Sowohl Rote Bete im September als auch Kürbis im Oktober kamen bei den Schüler*innen sehr gut an. Beim letzten Marktstand im November war der Grünkohl „Gemüse des Monats“. Bei Grünkohlsuppe, -chips und -aufstrich kam fast ein bisschen Weihnachtsmarktfeeling auf...

Video zu Essen und Nachhaltigkeit

Ernährungswissen, das ins Ohr geht: In Kooperation mit dem Projekt *Küchenpartie* hat Paul Denkhäus, unser Projektleiter der *Vernetzten Ernährungsbildung*, ein tolles Musikvideo zu den Themen Essen und Nachhaltigkeit produziert, bei dem auch Mitglieder der CDF mitgespielt haben. Neben Ansätzen der Regionalität und Saisonalität spielt in dem Song vor allem die generationsübergreifende Wissensvermittlung eine große Rolle. Aber sehen und hören Sie am besten selbst: [„Der Küchenpartie-Rap“](#).

Spruch des Monats

Schülerin voller Inbrunst beim Verkosten der Grünkohl-suppe: „Oh mein Gott, so eine geile Suppe habe ich noch nie in meinem Leben gegessen!“

Kontakt

essbareschule@foerderband.org

denkhaus@foerderband.org

Social-Media-Präsenz der „Vernetzten Ernährungsbildung“:



www.instagram.com/VernetzteErnaehrungsbildung



www.facebook.com/VernetzteErnaehrungsbildung



Workshop zur Küchenhygiene

Im Rahmen des WAT-Unterrichts führte die Essbare Schule einen Workshop zum Thema „Hygiene in unserer Küche“ für die 7. Klassen durch. Neben einer Einführung und Tipps zu Sauberkeit und Sicherheit wurden die Rap-Videos „Startklar“ und „Küchenendspurt“ von Paul Denkhäus gezeigt. In ihnen werden sehr anschaulich die Vor- und Nachbereitungsarbeiten beim Benutzen einer Küche gezeigt. Die Jugendlichen hatten Spaß bei einem Gemüseratespiel zu den vier Sinnen: Schmecken, Fühlen, Sehen und Riechen. Der Knoblauch war am leichtesten zu erraten.