Ziel 2 Kein Hunger

Kein Mensch soll Hunger leiden müssen. Alle sollen sich gesund ernähren können!

Obwohl weltweit genug Nahrungsmittel für alle Menschen produziert werden, muss ungefähr jeder neunte Mensch auf der Welt hungern. Insgesamt sind es 795 Millionen Menschen.

Alle zehn Sekunden stirbt ein Kind, weil es zu wenig zu Essen bekommt. Die Hauptursache für Hunger ist Armut. Viele Klein- und Kleinstbauern leiden selbst unter Hunger, da sie nicht ausreichend von ihrer Landwirtschaft leben können. Auch Kriege und schlechte Ernte aufgrund von Dürren, Überschwemmungen oder anderen Umweltkatastrophen führen in armen Ländern zu Hunger.

Außerdem ist die massive Konzentration ganzer Wertschöpfungsketten problematisch. Nur sechs große Firmen (Monsanto, Syngenta, Bayer, DuPont, Dow und BASF) kontrollieren jetzt schon 75 Prozent des globalen Agrarchemiemarkts, auf dem zum Beispiel Dünger und Pflanzenschutzmittel verkauft werden, und 60 Prozent des Saatgutmarktes, auf dem die Samen zum Beispiel für Getreidepflanzen verkauft werden. Sie verdrängen dabei Kleinbauern und Familienunternehmen, die dann keinen Zugang zu Land und Saatgut haben und sich so nicht mehr selbst versorgen können.

In Deutschland gibt es keine Hungersnot, aber es gibt trotzdem Menschen, die nicht genug Geld haben, um sich ausreichendes und gesundes Essen zu kaufen. Gleichzeitig wird tagtäglich sehr viel Essen weggeworfen, obwohl es noch gut ist.

Copyright der Texte und Abbildung: Staatskanzlei des Landes NRW 09/2018
Text in Anlehnung an https://17ziele.de/ziele/2.html ENGAGEMENT GLOBAL 2019

Die Geschichte des Brots

Brot ist... ein beliebtes Grundnahrungsmittel, seit es im Mittelalter den Getreidebrei und das Fladen ablöste. Auf der ganzen Welt kennen die Menschen brotähnliche Nahrung aus Getreide, Maismehl, Hirse, Maniok oder auch Reis.

Die Geschichte des Brots

Vor etwa 30.000 Jahren wurde nördlich der Alpen bereits wildes Getreide vermahlen und für die Nahrung verwendet. Circa vor 5.000 Jahren begann in Mitteleuropa der systematische Anbau und später die Kultivierung von Getreide.

Einkorn, **Emmer** und **Dinkel** waren die Vorläufer des heutigen Weizens und wurden zunächst gemahlen und mit Wasser vermengt als Brei gegessen. Vermischt mit Beeren, Wurzeln oder Honig wurde es später abwechslungsreicher gestaltet.

Erst im Laufe der Zeit wurde dickerer Brei auf heißen Steinen oder in Asche zu Fladen gebacken, was die Nahrung haltbarer und transportabler machte.

Zwei Entdeckungen veränderten den Verzehr von Getreide, die ersten sogenannten Backöfen, die aus umgedrehten Töpfen auf heißen Steinen bestanden. Hier wirkten die Mikroorganismen, die den Getreidebrei zum Gären brachte. Der vergorene gebackene Teig wurde so schmackhafter und lockerer. Römer und Griechen brachten das Wissen des Brotbackens in die nördlichen Alpen. Die Römer bauten die ersten großen Mühlen, um feines Mehl zu mahlen. Auch entwickelten sie mechanische Vorrichtungen für Tröge mit Rührhölzern, die von Ochsen oder Sklaven bewegt wurden, um den Teig zu kneten. Im 12. Jahrhundert wurde auch in Nord- und Mitteleuropa mehr und mehr mit gesäuerten Teigen gebacken, was die Fladen verdrängte.

Brot war zu allen Zeiten in den unterschiedlichen Kulturkreisen ein Synonym für den sozialen Stand. Sklaven durften in Ägypten nur Getreidebrei essen, das feine Weizenbrot stand wiederum nur dem Pharao zu. In unseren Breitengraden war lange Zeit das Brot eine Festtags- und Herrenspeise, das sich die arme Bevölkerung nicht leisten konnte. Der Mangel an Brot wurde auch immer als Politikum eingesetzt – sei es um das Volk ruhig zu halten oder um zu Aufständen zu mobilisieren.

Rezept: arme Ritter

Arme süße Ritter

- 12 Scheiben Weißbrot, Toast oder 4 Brötchen
- 2 BT Milch (500ml)
- 2 Eier
- 1 EL Zucker
- ½ geriebene Zitronenschale
- 1 – 2 BT Semmelbrösel
- 2 EL Fett
- Zimt

1. Trockenes, hartes Weißbrot zu Semmelbrösel zerreiben
2. Eier und Milch miteinander verquirlen
3. Zitronenschale abreiben und dazugeben
4. Brotscheiben kurz einweichen lassen
5. Semmelbrösel in Teller geben und die eingeweichten Brotscheiben darin wenden
6. Fett in Pfanne geben
7. Die Scheiben in der Pfanne bei mittlerer Hitze gold-braun braten
8. Mit Zucker und Zimt bestäuben und servieren

Mein eigenes Getreidekissen

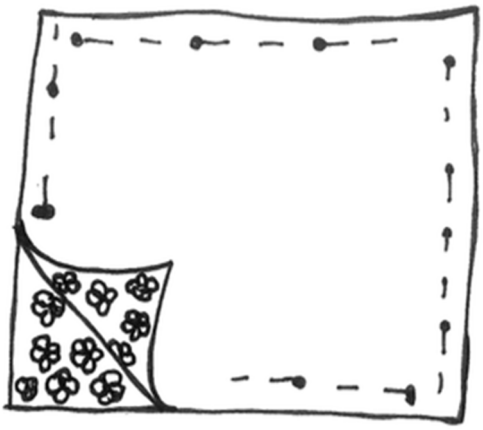
MATERIAL

- Stoffreste aus Baumwolle 20 x 20 cm
- Kreide
- Lineal
- Schere
- Nadel
- Stecknadeln
- Nähgarn
- Getreide zum Füllen (ca. 200g)

Getreide wird nicht nur für leckere und sättigende Nahrungsmittel genutzt, sondern hat auch noch andere Verwendungsmöglichkeiten. Ein Kissen, gefüllt mit Getreide, kann im Ofen oder der Mikrowelle erhitzt werden und hilft gegen Bauch-schmerzen. Im Tiefkühlfach gekühlt lindert es den Schmerz bei Prellungen und blauen Flecken.

Stoff zuschneiden und abstecken

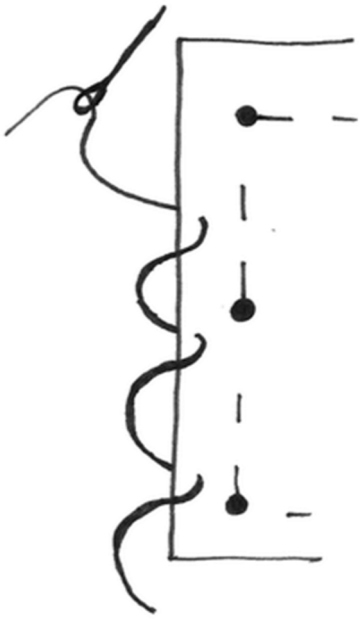
Aus dem Stoff zweimal ein Quadrat mit 20cm in der Höhe und 20cm in der Breite mit dem Lineal abmessen und mit Kreide nachzeichnen. Danach den Stoff entlang der Linie aus. Jetzt habt ihr zwei gleichgroße Stoffquadrate. Die beiden Stoffquadrate werden mit der schönen Seite aufeinandergelegt. Die Seite, welche am Ende außen sein soll, muss sich jetzt innen befinden. Dann steckt ihr mit den Stecknadeln die beiden Stoffteile entlang der Kanten so aneinander, dass von der Kante zu den Stecknadeln immer 2cm Platz sind. An einer Seite müsst ihr ungefähr 5cm offen lassen, dort werden am Ende die Getreidekörner zur Füllung eingefüllt.

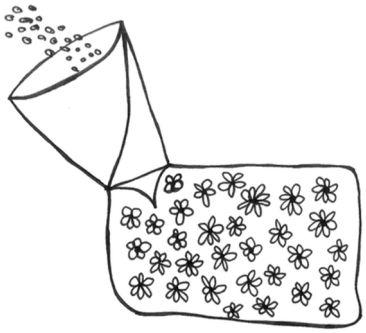


Faden auffädeln und Seiten zunähen

Jetzt braucht ihr Nadel und Faden, um das Säckchen zu nähen. Als erstes schneidet ihr eine Armspannweite vom Faden ab. Das ist die Länge von eurer linken Hand zur rechten Hand bei ausgestreckten Armen. Nun müsst ihr den Faden durch das Nadelöhr ziehen. Das ist gar nicht so einfach. Ein Trick dafür ist es, das eine Ende des Fadens ein bisschen anzulecken und einzudrehen, dann franst er nicht so aus und geht leichter durch das Nadelöhr. Wenn ihr es geschafft habt, den Faden durch das Nadelöhr zu fädeln, zieht ihr die Nadel bis in die Mitte des Fadens und knotet dann die beiden Enden zusammen. Macht ruhig ein paar mehr Knoten, damit der Faden beim Nähen nicht durchrutscht.

Dann beginnt ihr mit dem Nähen. Stecht dafür die Nadel an einem Punkt entlang der Stecknadelkante durch beide Stoffstücke und zieht den ganzen Faden durch. Dann stecht ihr auf der gleichen Seite ein Stück weiter die Nadel nochmal rein, sodass sich eine Schlaufe bildet. Zieht die Schlaufe fest und macht das ganze nochmal, und zwar solange, bis ihr entlang der Abgesteckten Linie alles zugenäht habt. Achtet darauf, dass der Abstand zwischen den Schlaufen nicht zu groß wird. Sonst könnten die Körner durchrutschen und euer Kissen wird undicht. Das kleine Stück, was ihr beim abstecken freigelassen habt muss auch jetzt frei bleiben. Wenn ihr einmal rum genäht habt, verknotet den Faden mit der letzten Schlaufe und zieht die Stecknadeln raus.





Wenden, füllen, zunähen und fertig!

Jetzt wird das Kissen gewendet, sodass die schöne Seite wieder außen ist. Dann füllt ihr die Körner in das Kissen hinein. Dazu könnt ihr aus einem Stück Papier einen Trichter bauen, indem ihr es wie eine Zuckertüte zusammenrollt. Dann wird das offene Ende zugenäht und fertig ist das Getreidekissen!

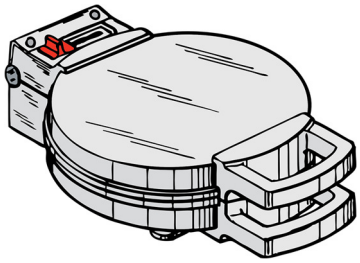
Waffeln Backen

Nachdem ihr nun schon viel über Brot und vor allem die vielen unterschiedlichen Getreidesorten gelernt habt, lernt ihr mit diesem Arbeitsblatt, wie man eine leckere Portion Waffeln zubereitet.

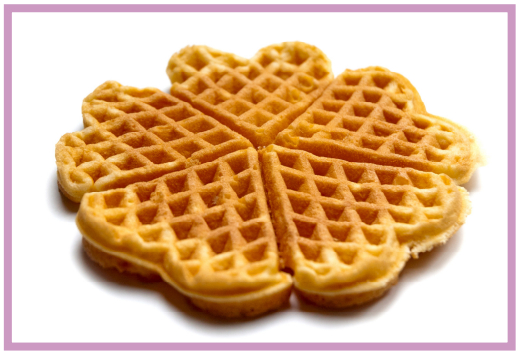
Rechts im Kasten seht ihr die Zutaten und unten steht das Rezept, also die Anleitung, wie ihr alles miteinander vermischen müsst, damit die Waffeln gelingen. Falls ihr oder jemand für den oder die ihr backt vegan lebt, könnt ihr die Eier, die Milch und die Butter auch durch vegane Produkte ersetzen. Welche dafür geeignet sind, steht auch in der Zutatenbox.

Zutaten

- 250 g Mehl
- 1 TL Backpulver
- 5 EL Vollrohrzucker
- 2 Eier oder 6 EL Apfelmus
- 125g weiche Butter oder 100 g Rapsöl
- 250 ml Milch oder 250 ml veganer Drink



Das Rezept



Mehl, Backpulver, Rohrzucker mischen. Eier und Butter hinzugeben und verrühren. Die Milch langsam dazu gießen und zu einem glatten Teig verrühren. Den Teig 20 Minuten quellen* lassen. Das Waffeleisen mit etwas Butter einfetten und die Waffeln goldbraun backen. Mit Puderzucker bestreuen. Guten Appetit!

***Mehl**: Du kannst dir eine Getreidesorte aussuchen oder verschiedene Sorten mischen.

***Quellen lassen** bedeutet den Teig ruhen lassen, damit sich das Mehl mit den anderen Zutaten gut verbindet.

Wie ihr wisst, kann man Mehl aus vielen unterschiedlichen Getreidesorten herstellen. Probiert doch mal statt Weizenmehl vielleicht Roggen- oder Gerstenmehl und schaut, wie sich der Geschmack der Waffeln verändert.

Viel Spaß beim Backen und guten Appetit!! ☺

Wünsch Dir was

Alle Menschen möchten glücklich und zufrieden leben. Was Glück und Zufriedenheit bedeutet, ist für jeden etwas anderes. Was gehört für dich zu einem guten Leben dazu?

Schreib einige deiner Wünsche als Wort unten in die Wolken oder mal ein Bild.

Viel Spaß beim Wünschen, Schreiben und Malen! ☺

AB5 – Mein Brotverzehr

Die folgenden Tabellen können auf ein Plakat aufgeklebt werden.

Zur Beantwortung gibt es die Kategorien: Häufig – manchmal – nie.

Jede*r Schüler*in beantwortet durch Punktsetzung die entsprechende Frage. Daraus ergibt sich eine quantitative Punkteverteilung. Das Ergebnis wird im Anschluss besprochen.

		Mohnbrötchen	Rosinenbrötchen	Laugenbrötchen	Vollkornbrötchen	Croissant	Knäckebrot, leicht	Toastbrot	Pumpernickel	Graubrot	Vollkornbrot	Vollkornbrot mit Körnern				
Welches Brot ist du?	häufig															
	manchmal															
	nie															

AB5 – Mein Brotverzehr

		zum Frühstück	zum Mittagessen	zwischendurch	am Abend
Zu welcher Gelegenheit isst du Brot? Was gibt es dazu oder darauf?	häufig				
	manchmal				
	nie				