



# **FÜR MILCHFORSCHER UND JOGHURTDETEKTIVE**

Module zur Ernährungsbildung  
in der Grundschule



## Inhalt

Didaktische Konzeption .....	4
Module im Überblick zum Auswählen .....	6
So ist jedes Modul aufgebaut .....	7
Modul 1: Das Forscherabenteuer beginnt .....	8
Modul 2: Milchexperten gesucht .....	10
Modul 3: Frühstück für Müslifans .....	14
Modul 4: Kommt, wir frühstücken! .....	16
Modul 5: Milchverstecke .....	18
Modul 6: Wie schmeckt das? .....	20
Modul 7: Von der Weide in den Kühlschrank .....	22
Modul 8: Welche Lebensmittel müssen in den Kühlschrank? .....	24
Modul 9: Aus Milch wird Quark .....	26
Modul 10: Milchforscher auf Zuckerjagd .....	28
Modul 11: Dem Schokodrink auf der Spur .....	30
Modul 12: Auf Milchkurs .....	32
Modul 13: Milchrezepte – einfach und vielseitig .....	34
Modul 14: Unsere Milch-Kostbar .....	36
Modul 15: Das kann ich jetzt! .....	38
Die Arbeitsunterlagen .....	40
Weitere Medien .....	77
Impressum .....	79

### Differenzieren leicht gemacht!



Alle Arbeitsunterlagen sind als PDF und  
im Word-Format als Download verfügbar unter:  
<http://www.bzfe.de/1684-milchforscher>  
Geben Sie bitte dann das Passwort „forschen“ ein.

## Schmecken, experimentieren, forschen und selbst aktiv werden!

So ein praxisorientierter Unterricht gefällt Kindern und weckt ihre Begeisterung für Milch. Die 15 Module der „Milchforscher und Joghurtdetektive“ passen zu den Lehrplänen in der Grundschule. Da Milch, Obst und Rohkost zu einem gesunden Pausenfrühstück gehören, sind diese Lebensmittel hier wichtige Themen.

## Passend zum EU-Schulprogramm

Zu Obst und Gemüse gibt es vergleichbare Module „Für Gemüseforscher und Obstdetektive“ (siehe Seite 77). Ob Milchforscher oder Gemüseforscher – beide Medien haben das gleiche Konzept und eignen sich zur pädagogischen Begleitung des EU-Schulprogramms. Das EU-Programm fördert die Abgabe der Grundnahrungsmittel Milch, Obst und Gemüse an Grundschulen und möchte so zur Gesundheit der Kinder beitragen.

### Ihre Schule möchte Schulmilch beziehen?

Wie kommt die EU-Milch in die Schulen? Wo gibt es Hilfen? Wer ist Ihr Ansprechpartner?

Die Bundesländer setzen die Schulprogramme selbstständig mit eigenen Maßnahmen um und wählen die Produkte aus. In vielen Ländern gibt es außer Milch noch andere Milchprodukte. Informieren Sie sich über Ihre Möglichkeiten, über

- die zugelassenen Schulmilchlieferanten,
- Lager- und Kühlmöglichkeiten,
- mögliche Ausgabestellen wie Schulkiosk, Schulcafeteria, Schulflur,
- Organisation der Bestellung,
- Entsorgung der Verpackungen.

Hinweise dazu, einen Überblick der zuständigen Behörden und hilfreiche Informationen gibt es auf der Homepage des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL): [www.bmel.de](http://www.bmel.de) > Suche: Schulmilch

Die 15 Unterrichtsmodule machen Kindern Lust auf Milch und Milchprodukte: Sie entdecken und schmecken die Vielfalt, bereiten selbst einfache Speisen zu, forschen und experimentieren und gehen wertschätzend mit Milch(-produkten) um.

## Flexibel und modular – für den Unterricht, AGS und Vieles mehr

Das Unterrichtsmaterial für die Klassen 1 bis 4 ist flexibel und vielfältig einsetzbar. Sie können die Module einzeln verwenden oder miteinander kombinieren. Viele Schülermaterialien sind illustriert, sodass die Aufgaben auch Kinder mit geringen Lese- und Schreibfertigkeiten lösen können. Die Module passen in den Sachunterricht und eignen sich für Projekttag und den Ganzttag. Durch den modularen Aufbau ist auch eine Kombination möglich: Morgens forschen die Kinder im Sachunterricht. Nachmittags schnippeln sie selbst und probieren leckere Rezepte aus. Das Gemüse oder Obst aus dem EU-Schulprogramm lässt sich prima für den Konfettiquark, den fruchtigen Joghurt und das Muntermachermüsli nutzen.

**Tipp:** Eine Arbeitsgemeinschaft (AG) anbieten „Für Milchforscher“.

## Geschmackserlebnisse bieten

Versuchen Sie, den Schülerinnen und Schülern in jeder Unterrichtseinheit ein Geschmackserlebnis zu bieten. Mit einem Standmixer oder Smoothie-Maker lässt sich beispielsweise schnell und ohne große Aufräumarbeiten eine Kostprobe mit Milch, Joghurt, Buttermilch, Dickmilch und frischem Obst zaubern. Beim Umgang mit Lebensmitteln ist Hygiene ein Muss. Mehr dazu im Rezept-Modul S. 35.

**Tipp:** Setzen Sie die Module flexibel ein, variieren Sie die Vorschläge (s. Ideenbörse) und bauen Sie viel Lebensalltag und Praxis ein. Das gilt besonders fürs Schmecken: Sie können damit einsteigen, SinnExperimente durchführen oder mit einer einfachen Geschmacksübung die Stunde beenden.

## Sprache fördern

In den Modulen sind viele Ideen zur Sprachförderung vorgesehen, beispielsweise die Beschreibungshilfen, mit denen die Kinder ihr Geschmacksempfinden in Worte fassen können. Außerdem gibt es zu jedem Modul Wort-Bildkarten mit Schlüsselwörtern. Damit können Sie selbst Arbeitsblätter gestalten und Wortspiele oder Sprachübungen durchführen.

Da alle Materialien (Bilder und Texte) zum Download vorliegen, ist noch viel mehr Sprachförderung und Differenzierung möglich.

**Tipp:** Gestalten Sie ein Plakat mit der Überschrift „Unsere Milchwörter“ und ergänzen Sie schrittweise die neuen Begriffe. So entsteht ein Wortspeicher, auf den die Kinder immer wieder zurückgreifen können.

## Vielfalt nutzen

Milch und Milchprodukte gibt es weltweit. Wie heißen diese? Wie werden sie hergestellt? Hier können Kinder eine Menge voneinander lernen. Das zeigen auch diese beiden Berichte:

Eine junge Frau aus **Nigeria** berichtet: „In unserem Dorf gab es zum Frühstück Kakao oder Tee mit Milch. Die Milch wurde aus Milchpulver angerührt. Die Milch unserer Kühe und Ziegen haben wir nicht getrunken, sondern weiterverarbeitet. Wir haben zum Beispiel die Milch von Kühen und Ziegen gemischt, stehen gelassen, bis sie dick wurde und dann mit einem Löffel gegessen (ähnlich wie Joghurt). Käse, wie wir ihn in Deutschland kennen, gibt es nicht.“

Kinder in einem Dorf in **Sri Lanka** bekommen fast jeden Morgen ein Frühstück mit Milch, zum Beispiel Milchbrei mit Obst, Pfannkuchen aus einem Teig aus Bananen, Mehl und Milch, dünne Brotfladen, die in gesüßte Milch getaucht werden oder auch herzhaften Milchreis. Als Getränk gibt es oft Tee mit Milch. Fast jede Familie (auch in Städten) hat eine eigene Kuh im Garten, oft auch eine Ziege. Die Milch wird immer abgekocht. Bleibt Milch übrig, wird sie mit etwas Zitronensaft dick gelegt. Kinder mögen diesen „Quark“ gerne





mit Zucker. Frischkäse wird auch selbst gemacht: Dazu lässt man Quark in einem Tuch abtropfen und presst ihn aus, bis er fest ist und sich formen lässt. Butter und Ghee (geklärte Butter) werden ebenfalls selber gemacht. Milch in Flaschen oder Packungen gibt es nicht. Das einzige Abgepackte ist Milchpulver. Das ist aber teuer und wird nur verwendet, wenn es kurzfristig mal keine frische Milch gibt. In Geschäften gibt es Milchprodukte zu kaufen. Sie sind aber sehr teuer und werden daher selten gekauft.

## Eltern einbinden

Die Kinder können ihre Rezepte und Frühstücksideen nach Hause tragen. Die ansprechende Gestaltung der Rezepte motiviert zum Ausprobieren.

**Tipp:** Bilder sagen oft mehr als Worte und überzeugen auch skeptische Eltern. Fotografieren Sie die Kinder bei der „Arbeit“ und zeigen Sie die Fotos beim Elternabend.

## Nicht jeder verträgt Milch und Milchprodukte

Gibt es in Ihrer Klasse Kinder mit Lebensmittelallergien oder Unverträglichkeiten? Das muss am Anfang geklärt werden, zum Beispiel mit dem Elternbrief.

Bei einer **Milcheiweißallergie** reagiert der Körper allergisch auf die Eiweiße der Milch. Hier ist es wichtig zu wissen, welches Eiweiß aus der Milch nicht vertragen wird und wie hoch der Sensibilisierungsgrad ist. Meist wissen die Kinder selbst, welche Produkte oder Alternativen sie gut vertragen, zum Beispiel Produkte aus Soja oder Getreide.

Die **Laktoseintoleranz** (Milchzuckerunverträglichkeit) ist keine Allergie. Stattdessen fehlt im Darm ganz oder teilweise das Enzym (Laktase), das den Milchzucker (Laktose) spaltet. Dadurch gelangt Laktose in den Dickdarm, wo sie von Darmbakterien abgebaut wird. Das kann zu Völlegefühl, Durchfällen, Blähungen, Krämpfen, Übelkeit und Erbrechen führen. Im Handel gibt es viele laktosefreie Produkte, auf die Sie bei Bedarf zurückgreifen können. Sie sind aber nur für Kinder mit der nachgewiesenen Diagnose „Laktoseintoleranz“ nötig.


**Gut zu wissen:** Diese Produkte werden auch bei Laktoseintoleranz meist gut vertragen, da der Milchzucker bereits im Herstellungsprozess teilweise oder ganz aufgespalten wird:

- Hart- und Schnittkäse
- Sauer Milchprodukte wie Joghurt, saure Sahne, Dickmilch

### Literaturtipptipp „Freispruch für die Milch!“

Über Milch wird öfter diskutiert. Grund genug, um einmal genauer hinzuschauen: Das hat das Kompetenzzentrum für Ernährung (KErn) in Kooperation mit dem Max Rubner-Institut (MRI) gemacht und einen Literaturüberblick zum Thema Milchverzehr und potenzielle Krankheitsrisiken erstellt. Sie finden diese Broschüre als Download unter [www.kern.bayern.de](http://www.kern.bayern.de) > Suche: Freispruch für Milch

## So gelingt Ernährungsbildung



- An den Esserfahrungen anknüpfen und gemeinsam Neues probieren: Stellen Sie die Kinder in ihrer Lebenswelt in den Mittelpunkt und nutzen Sie die vielfältigen Erfahrungen: Welche Milchprodukte kennt ihr? Was mögt ihr? Was wollt ihr probieren?
- Geschmackserlebnisse bieten und schmecken lernen: So erweitern die Kinder ihren Geschmacksinn, entwickeln Vorlieben und lernen mit allen Sinnen zu genießen.
- Praxis im Klassenzimmer und über den Tellerrand schauen. Das heißt: Forschen, entdecken, aktiv werden, sich austauschen, reflektieren und Gelerntes im Alltag umsetzen und dabei wertschätzend, umwelt- und klimafreundlich Handeln.
- Ernährungsbildung im Schulalltag auch praktisch umsetzen: Kinder wollen beim Klassenfrühstück und in der Schulmensa genussvoll, fröhlich und vielseitig essen. Essen Sie möglichst gemeinsam mit den Kindern. Das tägliche Erleben gehört zur Ernährungsbildung und ist der überzeugendste Weg, Kindern ein gesundheitsförderliches Essverhalten zu vermitteln.
- Gemeinsam an einem Strang ziehen und Vorbild sein: Eltern, Kollegium, Schulträger, Übermittagsbetreuung, Hausmeister und Caterer – wenn alle mitmachen und sich realistische Ziele setzen, gelingt Ernährungsbildung.



# MODULE IM ÜBERBLICK ZUM AUSWÄHLEN

Etwa 45 bis 90 Minuten pro Modul. Modul 14 dauert länger.

Nr	Module	Arbeitsunterlagen	Intention
1	<b>Das Forscherabenteuer beginnt</b> <i>Klassengespräch, Milchplakat einführen</i>	<b>M01:</b> Elternbrief (deutsch, türkisch) <b>D01:</b> Elternbrief (weitere Sprachen) Rezeptvorschlag: Ayran, Schüttel-Shake	Vorerfahrungen zu Milch erfragen und gemeinsam Fragen sammeln.
2	<b>Milchexperten gesucht</b> <i>Stationenlernen in Partnerarbeit oder Kleingruppen</i>	<b>M02–M11:</b> Stations- und Lösungskarten <b>M06:</b> Satzpuzzle <b>D02:</b> Aufsteller <b>M12:</b> Laufzettel: Milchexperten gesucht <b>M13:</b> Milchexperten gesucht <b>D03:</b> Meine Wahlstationen Rezeptvorschlag: Schüttel-Shake	Routinen einführen, u. a. gründlich Hände waschen. Auf Milchprodukte neugierig machen, forschen.
3	<b>Frühstück für Müslifans</b> <i>Klassengespräch, Praxis</i>	<b>D04:</b> Die Ernährungspyramide <b>M23:</b> Das Pyramidenlied <b>D05:</b> Symbole für das Pyramidenfrühstück <b>M14:</b> Mein Wunsch-Frühstück	Die Ernährungspyramide als Orientierung kennen lernen und verstehen. Müsli als Milchfrühstück probieren und erkennen.
4	<b>Kommt, wir frühstücken!</b> <i>Klassengespräch, Praxis</i>	<b>Fotos 15–24:</b> Pyramidenfrühstücke <b>M15:</b> Knackiges Fingerfood <b>M16:</b> Hast du an alles gedacht? <b>M17:</b> Wie sieht euer Klassenfrühstück aus?	Frühstücksideen mit Milch sammeln. Gemüse/Obst fürs Frühstück selbst vor- und zubereiten.
5	<b>Milchverstecke</b> <i>Spiel, Partnerarbeit, Museumsgang</i>	<b>M18:</b> Steckbrief <b>M19:</b> Wo versteckt sich die Milch? Rezeptvorschlag: Power-Türmchen, Milch-smoothie	Informationen zu Milchprodukten sammeln. Milch und Milchprodukte in Speisen aufspüren.
6	<b>Wie schmeckt das?</b> <i>SinnExperiment</i>	<b>M20:</b> Forscher aufgepasst: Wie schmeckt das? <b>M21:</b> Beschreibungshilfen Rezeptvorschlag: Fruchtiger Joghurt, Milchsmoothie, Schüttel-Shake	Neue Geschmacksrichtungen erfahren und Sinneseindrücke beschreiben.
7	<b>Von der Weide in den Kühlschrank</b> <i>Einzel-/Partnerarbeit</i>	<b>D07:</b> Film „Milch – echt cool: Bauernhof“ <b>D08:</b> Film „Milch – echt cool: Molkerei“ <b>Foto 5:</b> Kuh auf der Weide <b>M22:</b> Woher kommt die Milch? <b>M24:</b> Milchrap Rezeptvorschlag: Butter selber machen	Herkunft und Weg der Milch verfolgen. Erfahren, wie viel Mühe und Sorgfalt in der Produktion von Milch steckt und ein Bewusstsein für den Wert der Milch entwickeln.
8	<b>Welche Lebensmittel müssen in den Kühlschrank?</b> <i>Wandplakat gestalten</i>	<b>M25:</b> Was gehört in den Kühlschrank? Rezeptvorschlag: Milchsmoothie, Roter Lassi	Milch/-produkte durch richtiges Lagern vor Verderb schützen.
9	<b>Aus Milch wird Quark</b> <i>Mindmap, Versuch in Kleingruppen</i>	<b>M26:</b> Aus Milch wird Quark Rezeptvorschlag: Grünes Piratenbrot, Konfettiquark	Aus Milch Quark herstellen und ihn nach eigenem Geschmack verfeinern. Molke als Nebenprodukt der Quarkherstellung kennen lernen.
10	<b>Milchforscher auf Zuckerjagd</b> <i>Gruppenarbeit, Museumsgang</i>	<b>M27:</b> Auf Zuckerjagd Rezeptvorschlag: Fruchtiger Joghurt	Zuckermenge in Milchprodukten schätzen, bewerten und Alternativen aufzeigen.
11	<b>Dem Schokodrink auf der Spur</b> <i>Klassengespräch, Verkostung</i>	<b>Fotos 27–30:</b> Kakaobilder <b>M28:</b> Wie süß und schokoladig schmeckt der Kakao? Rezeptvorschlag: Mein Schokotraum	Unterschiede zwischen Kakaopulver und Instantpulver wahrnehmen. Zuckergehalt von Schokodrinks bewerten und Alternativen erarbeiten.
12	<b>Auf Milchkurs</b> <i>Klassengespräch, Gruppenarbeit</i>	<b>M29:</b> Wir machen Werbung Rezeptvorschlag: Roter Lassi	Strategien der Lebensmittelwerbung durchschauen und auf (Schul-)Milch kreativ anwenden.
13	<b>Milchrezepte – einfach und vielseitig</b> <i>Praxis mit gemeinsamen Essen</i>	<b>M30–M39:</b> Rezepte nach Wahl <b>M40:</b> Mein Rezept (Blankovorlage) <b>M41:</b> Das wollen wir zubereiten (Vorlage)	Milchspeisen zubereiten, probieren und gemeinsames Essen erleben.
14	<b>Unsere Milch-Kostbar</b> <i>Praxis mit Ausstellung der Ergebnisse</i>	<b>M30–M39:</b> Rezepte nach Wahl <b>M41:</b> Das wollen wir zubereiten (Vorlage)	Ein Fest planen. Milchspeisen zubereiten und die Projektergebnisse ausstellen.
15	<b>Das kann ich jetzt!</b> <i>Sprachspiele</i>	<b>D14:</b> Was ist das? <b>D15:</b> Mein Wortschatz	Den eigenen Lernzuwachs reflektieren und die „Milchwörter“ anwenden.

# SO IST JEDES MODUL AUFGEBAUT

Jedes Modul wird auf einer Doppelseite vorgestellt. Sie finden einen Unterrichtsvorschlag als Orientierung und viele Impulse für weitere Stunden.

Alle Module haben konkreten Lebensbezug. Fotos, Impulsfragen und sonstige Materialien aktivieren das Vorwissen der Kinder und animieren sie, Fragen zu stellen. Sie sind Ausgangspunkte für den Unterricht.

In jeder Einheit werden die Kinder aktiv: Sie probieren, experimentieren oder bereiten Milchspeisen zu. Rezepte können auch in Kooperation als AG oder an Projekttagen zubereitet werden.

## Welche Lebensmittel müssen in den Kühlschrank?

**INTENTION** Milch/-produkte durch richtiges Lagern vor Verderb schützen.

**MATERIAL**

- Plakat und dicke Stifte, Kleber und Klebstreifen/Kreppband
- Verschiedene Leerverpackungen von Milchprodukten, die in den Kühlschrank gehören, z. B. Joghurt, frische Milch, Frischkäse, Käse, geöffnete H-Milch sowie Lebensmittel, die nicht kühl gelagert werden müssen, auch ungeöffnete H-Milch, H-Sahne. Ggf. zusätzlich Prospekte von Lebensmitteln.
- Tuch zum Abdecken
- M25: Was gehört in den Kühlschrank?

**VORBEREITUNG** Kinder im Vorfeld der Unterrichtsstunde motivieren, zu Hause die Lagerung von Milchprodukten zu erkunden und/oder beim Einkauf mit den Eltern die Platzierung im Supermarkt zu erforschen. Auf ein Plakat einen großen Kühlschrank malen. Plakat aufhängen oder in den Sitzkreis zu den Verpackungen legen. Die Gegenstände im Sitzkreis abdecken.

**DURCHFÜHRUNG**

**Einstieg:** Eine Geschichte erzählen: Emma und Enes planen ein Abenteuer. Sie wollen zwei Tage im Garten zelten. Sie nehmen Verpflegung mit: Apfel, Tomaten, Brot, ein großes Stück Käse, zwei Flaschen Wasser, einen Liter Frischmilch und Müsli. Die Sonne scheint, deshalb kommt der Lebensmittelkorb in den Schatten ins Zelt. Am nächsten Morgen soll es zum Frühstück Müsli mit Milch geben. Doch es schmeckt anders als sonst. Was ist passiert?

**Erarbeitung:** Das Tuch in der Mitte des Sitzkreises lüften. SuS äußern sich zu den Produkten und stellen einen Bezug zum Erkundungsauftrag zu Hause (s. Vorbereitung) her. SuS wählen zu zweit ein Lebensmittel aus der Mitte, überlegen gemeinsam und kleben es in den Kühlschrank oder daneben. Sie begründen ihre Entscheidung. SuS bearbeiten M25 „Was gehört in den Kühlschrank?“ in Partnerarbeit oder als Hausaufgabe.

**Reflexion:** Wie könnt ihr herausfinden, ob ein Lebensmittel in den Kühlschrank gehört oder nicht? (Verpackungshinweise lesen, im Geschäft nachschauen ...)

**REZEPTVORSCHLAG** MilchsMOOTHIE; Roter Lassi

**SPRACHFÖRDERUNG** Wort-Bildkarten: sauer, der Kühlschrank, kalt, warm, die Schulkilch

**FÜR FORSCHER** Verfolge den Weg eurer Schulkilch vom Klassenzimmer zurück bis zur Anlieferung. Wird sie gekühlt? Was ist eine Kühllkette? Wie unterscheiden sich Frischmilch und H-Milch? Was ist längerfrische Milch? Fororsche nach: Wo stehen die Milchprodukte im Lebensmittelgeschäft? Wird der Käse in der Theke auch gekühlt? Wo bewahrt ihr zu Hause Milch, Käse, Joghurt auf? Schau nach. Welche Hinweise zur Lagerung stehen auf der Verpackung?

**IDEENBÖRSE** **Alternativer Einstieg:** Die Geschichte als Pantomime vorspielen. **Erweiterung:** Input zum Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) bei Milchprodukten: Was besagt das Datum? Was machst du, wenn das Datum abgelaufen ist? **Linktipps:** Informationen zur Haltbarkeit und Lagerung von Milch unter [www.bzfe.de](http://www.bzfe.de) > Suche: Milch und Lagerung. Einen Kühlschrank als Bastelbogen für Kinder gibt es zum kostenfreien Download unter: [www.zugtuferdiertonne.de](http://www.zugtuferdiertonne.de) > Suche: Bastelbogen für Kinder „Rette die Lebensmittel und packe sie richtig weg“

**Der richtige Platz im Kühlschrank**

Milch und Milchprodukte (Ausnahme: verschlossene H-Milch und H-Milchprodukte) können leicht verderben und gehören in den Kühlschrank. Optimal sind Milchprodukte im mittleren Fach bei einer Temperatur von circa 5 °C platziert. Geöffnete Milchleiten stehen gut in der Kühlschranktür. Da Milch leicht Fremdgerüche aufnimmt, müssen geöffnete Milch und Milchprodukte immer gut verschlossen werden.

**Haltbarkeit von Milch**

Frischmilch verdirbt leicht und muss deshalb gekühlt werden. Um die Haltbarkeit zu verlängern, wird sie erhitzt. Das aufgedruckte Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) gilt nur für die original verschlossene Packung. Ist das MHD abgelaufen, sind die Milchprodukte nicht zwangsläufig verderben. Sie sollten dann aber sicherheitshalber mit dem Geruchs- und Geschmackssinn geprüft werden. Ist die Milch angebrochen, muss man sie zügig verbrauchen. Frischmilch hält gekühlt bis zu 5 Tagen, H-Milch etwa 7 Tage.

Frischmilch	pasteurisiert	gekühlt 7–10 Tage haltbar
ESL-Milch (die länger frische Milch)	hocheerhitzt und pasteurisiert	gekühlt bis zu 3 Wochen haltbar
H-Milch	ultrahocheerhitzt	ungekühlt 3–6 Monate haltbar

**M25: Was gehört in den Kühlschrank?**

Vorschlag zum Differenzieren: Die SuS schneiden die Bilder aus und kleben sie auf ein Extrablatt. Vor dem Aufkleben zunächst Bilder hinlegen und gemeinsam kontrollieren.

**M34: MilchsMOOTHIE**  
**M35: Roter Lassi**

**Wort-Bildkarten**

**Forscheraufträge**

Sie sehen auf einen Blick alle Materialien und kurze Hinweise für Ihre Unterrichtsplanung. Die Materialien finden Sie im Anhang und zum Download als PDF-Version und veränderbares Word-Dokument.

⬇️ Dieses Symbol weist auf Zusatzmaterial zum Download hin.

Hier erhalten Sie Angebote zur Sprachförderung, Differenzierung, Links zur Recherche oder andere Materialien sowie Forscheraufträge zur Individualisierung. Ergänzende Lesetexte für Ihre Klasse können Sie mithilfe der Medien (s. S. 77) erstellen.

Insgesamt gibt es rund 120 Fotos und Illustrationen, mit denen Sie Ihren Unterricht frei gestalten können.

Sie können mit den Blankovorlagen eigene Forscheraufträge, Rezepte und Arbeitsblätter entwickeln.

**Verwendete Abkürzungen:**  
SuS: Schülerinnen und Schüler  
S: Schülerin/Schüler  
L: Lehrkraft  
M: Material  
D: Download



# Das Forscherabenteuer beginnt



Vor und während der Unterrichtsreihe sammeln möglichst alle Kinder Leerverpackungen von Milchprodukten, die sie zu Hause essen: z. B. Joghurt, Käse, Kefir, Ayrar, Buttermilch, Feta, Mozzarella und beliebte Kindermilchprodukte. Diese Produktvielfalt ist Ausgangspunkt für die Fragen der Kinder und bringt in jedes Modul Lebensweltbezug.



▲ Foto: M. Ebersoll, BLE, ▲ Foto: M. H.-H. Herold

**INTENTION** Vorerfahrungen zu Milch erfragen und gemeinsam Fragen sammeln.

## MATERIAL

- M01: Elternbrief vor Projektstart verteilen, um Allergien und Unverträglichkeiten abzufragen
- Korb mit leeren, ausgespülten Verpackungen von Milch, Joghurt, Quark, Käse, Frischkäse, Buttermilch ..., die die Kinder mitgebracht haben
- Bilder, z. B. Fotos 01–06 als Download, Bauernhof-Bilderbuch oder Bildmaterial, z. B. der Landesvereinigung für Milchwirtschaft (auf eine realistische Darstellung achten, keine Bilderbuchidylle)

## VORBEREITUNG

Verpackungen in die Mitte des Sitzkreises legen.

## DURCHFÜHRUNG

**Einstieg:** SuS bilden einen Sitzkreis um die Verpackungen, nehmen „ihr“ mitgebrachtes Produkt heraus und äußern sich spontan dazu.

Die mitgebrachten Milchprodukte, die Bilder vom Bauernhof, zur Milch ... sind Ausgangspunkt für Fragen und zeigen die Vorerfahrungen: Woher kommt die Milch? Wo kommt die Milch vom Bauernhof hin?

**Erarbeitung:** Die Kinder tauschen sich in einer Murmelphase mit ihren Sitznachbarn über ihr Vorwissen aus. Anschließend schreiben sie in Einzelarbeit ihre Milch-Fragen auf Karteikarten. Die Fragen werden im Fragenspeicher (z. B. auf einem Plakat) gesammelt. Ist eine Frage beantwortet, wird sie abgehakt. Die Fragen können auch als Forscheraufträge (s. Blankovorlage zum Download) genutzt werden.

**Abschluss:** SuS stellen ihre Fragen vor und wecken so das Interesse ihrer Mitschüler.

**Milchplakat** „Unsere Milchwörter“ einführen: Das Lernplakat aufhängen und die ersten beiden Milchwörter notieren. Anschließend SuS im Führen ihres Forscherheftes/ihrer Forschermappe anleiten.

## REZEPTVORSCHLAG

Ayrar; Schüttel-Shake

## HAUSAUFGABE

Spüle leere Milch-/Käse-/Quark-Verpackungen aus und sammle sie für unsere Ausstellung. Die Verpackung deines Lieblings-Milchprodukt soll auch dabei sein.

## SPRACHFÖRDERUNG

Wort-Bildkarten: die Milch, die Kuh

## FÜR FORSCHER

Welche Milchprodukte hast du im Kindergarten gerne gegessen? Welche magst du heute gerne?  
Bei welchen Lebensmitteln taucht im Namen das Wort „Milch“ auf? Finde mindestens 5 Milchwörter. Ein Beispiel ist Milchreis.  
Welche Milchprodukte im Geschäft sind nicht von der Kuh, sondern von anderen Tieren?

## IDEENBÖRSE

**Einstieg:** Überraschen Sie die Kinder mit einem Schüttel-Shake.

**Schülerlink** für selbstständigen Recherchieren: [www.blinde-kuh.de](http://www.blinde-kuh.de)



### Milch und Milchprodukte

Die Vielfalt ist groß. Allein bei Trinkmilch gibt es vier definierte Fettgehaltsstufen und drei Varianten die Haltbarkeit betreffend (s. Modul 7 und 8). Milch gibt es als Bio-Variante und konventionell erzeugt. Milchprodukte umfassen:

- Sauer Milchprodukte. Sie sind mit Milchsäurebakterien und/oder Lab (Enzymgemisch für die Käseherstellung) dick gelegt.
- Frischkäse als Sammelbegriff für Käsesorten ohne Reifung. Dazu zählen beispielsweise Speisequark, Schichtkäse, Rahm- und Doppelrahmfrischkäse, körniger Frischkäse.
- gereiften Käse.

Hinzu kommen die vielen Produktvarianten mit Fruchtzubereitungen oder Kräutern. Mehr Infos gibt es im Heft „Milch und Milcherzeugnisse“ (Bestell-Nr. 1008; www.ble-medienservice.de) oder auf www.bzfe.de > Suche: Milch

#### M01/D01: Elternbrief

Die Word-Vorlage lässt sich leicht auf Ihre Lerngruppe anpassen. Den Elternbrief gibt es als Download in Deutsch, Arabisch, Türkisch, Russisch, Englisch und Französisch.

**Liebe Eltern,**

in den nächsten Wochen ist Ihr Kind als „Milchforscher“ unterwegs. Wir planen viele Aktionen, SinnExperimente und gehen gemeinsam auf die Suche nach Milch und Milchprodukten. So können Sie Ihr Kind auf seiner Forscherreise begleiten:

- ▶ Leere, ausgespülte Joghurtbecher, Milchtüten, Käseschachteln o. Ä. sammeln. Wir brauchen sie für eine Ausstellung.
- ▶ Ein offenes Ohr haben für die Ideen, die Ihr Kind aus der Schule mitbringt.
- ▶ Gemeinsam einkaufen und dabei die Milchprodukte aufspüren: Welche gibt es? Welche werden gekühlt?
- ▶ Ihr Kind in der Küche mithelfen lassen: Vielleicht möchte es ein Rezept aus der Schule ausprobieren.
- ▶ Sich Zeit nehmen für das gemeinsame Essen: Wo steckt hier die Milch?

Vielen Dank für die gute Zusammenarbeit.

Name des Kindes: \_\_\_\_\_  
 Trägt Ihr Kind bestimmte Lebensmittel nicht? Wenn ja, welche? \_\_\_\_\_  
 Datum/Unterschrift \_\_\_\_\_ M01

**Sayın Veli,**

Çocuğunuz önümüzdeki haftalarda "süt arařtırıcısı" olarak bir geziye katılacaktır. Bu gezide birçok etkinlik yapmayı, yeni tatlar keřfetmeyi ve birlikte süt ve süt ürünleri arařtırılmayı planlıyoruz. Bu arařtırma gezisinde sizler de ařađıdaki etkinliklerle çocuğunuza eşlik edebilirsiniz:

- ▶ Boř, temiz yoğurt kaplarını, süt ve peynir kutularını biriktirin. Bunları bir sergide kullanacağız.
- ▶ Çocuğunuzun okuldandı getireceđi yeni fikirleri karřı açık/hazırkılı olun.
- ▶ Çocuğunuzla alışverişe gidin ve oradaki süt ürünlerini belirleyin: Hangi süt ürünleri var? Hangileri soğutuluyor?
- ▶ Çocuğunuzun mutfakta size yardım etmesine izin verin: Belki de okuldandı getireceđi bir tarif denemek isteyebilir.
- ▶ Yemeđinizi çocuğunuzla birlikte yemek için zaman ayırın. Yediklerinizin hangisinde süt var?

İligi ve desteđinizin için çok teřekkür ederiz.

Çocuğunuzun adı: \_\_\_\_\_  
 Çocuğunuzun midesine dokunan belli gıda maddeleri var mı? Varsa nelerdirdi? \_\_\_\_\_  
 Tarih/İmza \_\_\_\_\_ M01

Date/Signature \_\_\_\_\_ D01 zu Modul 1

### Schüttel-Shake

Name \_\_\_\_\_

Ihr braucht für 2 Portionen:

- Gib den Joghurt in das Glas.
- Gieße den Saft dazu.
- Schraube den Deckel fest zu.
- Schüttele kräftig, bis alles gut vermischt ist.
- Damit schmeckt es auch!

### M30: Schüttel-Shake M37: Ayran

Alle Rezepte finden Sie bei den Arbeitsunterlagen.

### Ayran

- Zutaten für 4 Portionen:
- ▶ 500 g Joghurt (1,5 %)
  - ▶ 500 ml kaltes Wasser
  - ▶ 1 Prise Salz
  - ▶ 1 TL Zitronensaft (1 Zitrone)

- Arbeitsgeräte:
- ▶ Schneidebrett
  - ▶ Messer
  - ▶ Zitronenpresse
  - ▶ Rührschüssel
  - ▶ Teelöffel
  - ▶ Schneebesen
  - ▶ 4 Gläser

#### So geht's:

1. Schneide die Zitrone in der Mitte durch und press eine Hälfte aus.
2. Gib den Joghurt und das Wasser in die Rührschüssel.
3. Gib einen Teelöffel Zitronensaft und eine Prise Salz dazu.
4. Verrühre alles mit dem Schneebesen.
5. Verteile den fertigen Ayran auf die Gläser.

#### Tipps:

- ▶ 1 bis 2 Blätter Minze oder Petersilie zerkleinern und mit in den Ayran geben.
- ▶ Ayran in bunten Gläsern mit Zitronenscheiben, Strohhalmen und Minze anrichten.



Fotos 1–6

### Forscheraufträge

**FORSCHERAUFTRAG**

Welche Milchprodukte hast du im Kindergarten gerne gegessen?  
 Welche magst du heute gerne?

BZFE  
 Bundeszentrale für Ernährungsbildung  
 www.bzfe.de

die Kuh



### Wort-Bildkarten

**Tip:** Sammeln Sie mit den SuS am Ende der Stunde die neuen Milchwörter auf einem Plakat. Sie können diese auch gleich nach Nomen, Verben und Adjektiven sortieren.

Nutzen Sie für Fragen und Ideen die Blankovorlage

# Milchexperten gesucht



Die Lernstationen sind ein guter Start in ein Milchprojekt. Die Stationen bieten viel Praxis, Aha-Effekte und machen die Kinder mit wiederkehrenden Abläufen vertraut. Sie lernen u. a. gründliches Händewaschen, entdecken die Milchvielfalt und entwickeln Fragen. Vieles wird in späteren Modulen angewendet und vertieft.



▲▲ Foto: dloronimo – Fotolia.com, ▲ Foto: M. Ebersoll, BLE

**INTENTION** Routinen einführen, u. a. gründlich Hände waschen.  
Auf Milchprodukte neugierig machen, forschen.

- MATERIAL**
- M02–11: Stations- und Lösungskarten
  - M12: Laufzettel: Milchexperten gesucht
  - M13: Milchexperten gesucht, D03: Meine Wahlstationen
  - zusätzliches Material s. Tabelle S. 12/13
  - Leerverpackungen von Milchprodukten

**VORBEREITUNG** Leerverpackungen von Milchprodukten sammeln oder ausgespült mitbringen lassen. Stationskarten und Materialien auslegen, Stationen nummerieren. Bei großen Klassen jede Station zweimal anbieten. Wenn Sie Kisten mit allen Materialien vorbereiten, sind die Stationen schnell aufgebaut. Ein Überblick über die vorgeschlagenen Stationen folgt auf Seite 12/13.

**DURCHFÜHRUNG**

**Einstieg:** Klassengespräch über Milch, bei dem SuS ihre Vorerfahrungen einbringen: Was weißt du über Milch? Wer trinkt Milch? Woher kommt sie? ...

Wichtige Aussagen mit einer Ideensonne zusammenfassen. Hierfür einen großen Kreis mit dem Wort „Milch“ in der Mitte zeichnen. Die Antworten werden als Sonnenstrahlen um den Kreis herum notiert. Fazit: Milch ist spannend und vielseitig – ein Milch-Abenteuer!

**Erarbeitung:** Kurz den Ablauf der Stationenarbeit erklären. Jedes Kind bekommt einen Laufzettel und M13 „Milchexperten gesucht“.

SuS besuchen zu zweit oder in Kleingruppen die Stationen. Sie kontrollieren ihre Ergebnisse selbstständig nach jeder Station.

**Auswertung und Reflexion:** SuS vergleichen ihre Ergebnisse und beschreiben ihre Lernerfahrungen: Welche Station war besonders spannend? Warum? Was war schwierig, was einfach? Was hast du Neues erfahren? Was willst du noch wissen? Forscheraufträge notieren und an interessierte SuS vergeben.

**SPRACHFÖRDERUNG** Wort-Bildkarten: die Hände waschen, die Seife, der Esslöffel, der Teelöffel

**FÜR FORSCHER** Kennst du ein Kind, das keine Milch trinken darf? Frag nach, warum.  
Welche Milch habt ihr zu Hause? Welche Milchsorten gibt es noch? Wie unterscheiden sie sich?  
Warum soll man Ringe und Armbänder beim Zubereiten von Speisen ausziehen und lange Haare zusammenbinden?

**IDEENBÖRSE**

**Plakate, Aufkleber, Faltblätter** zum Händewaschen gibt es bei der BzGA unter: [www.bzga.de](http://www.bzga.de), Suche: Hände waschen + Grundschule

**Filmtipps:** Mit „Agent Blitz Blank: Bösen VIBAs auf der Spur“ und dem Handwaschlied „Hände nass“ erfahren Kinder anschaulich die wichtigsten Botschaften rund ums Händewaschen: [www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de) > Suche: Filme für Kinder

**Variante:** Statt Stationen eine Lerntheke zu den verschiedenen Angeboten einrichten.

**Variante:** Jedes Stationsthema lässt sich auch einzeln zur Unterrichtsstunde ausgestalten oder für Forscheraufträge nutzen.

### M02-11: Stationskarten



**Station 1 Hände waschen**

- Schaut euch die Bilder an.
- Geht zum Waschbecken. Während der eine erklärt, wie man sich die Hände wäscht, macht es der andere.
- Wechselt dann die Rollen.
- Bearbeitet das Arbeitsblatt.

1 2 3  
4 5 6

**Station 2 Was fühlst du?**

- Greife in den Beutel und taste eine Sache. Nicht reinschauen!
- Was fühlst du? Beschreibe.
- Was ist es? Schau nach.
- Wechselt euch ab.

Hart? Eckig?

### M12: Laufzettel

**Laufzettel: Milchexperten gesucht** Name \_\_\_\_\_

Pflicht	erledigt am (Datum)	kontrolliert
<b>Station 1</b> Hände waschen		
<b>Station 2</b> Was fühlst du?		
<b>Station 3</b> Was ist das? Schaut genau!		
<b>Station 4</b> Milch macht munter!		
<b>Station 5</b> So eine Vielfalt!		
<b>Station 6</b> Selber machen!		
<b>Station 7</b> Die Chefkochprobe		
<b>Wahl</b>		
<b>Station 8</b> Der Eiweißdetektiv		
<b>Station 9</b> Was heißt homogenisieren?		

M12

**Milchexperten gesucht** Name \_\_\_\_\_

**Station 1 Hände waschen**  
Schreibe die richtige Reihenfolge mit Zahlen von 1 bis 6 in die Kästchen.

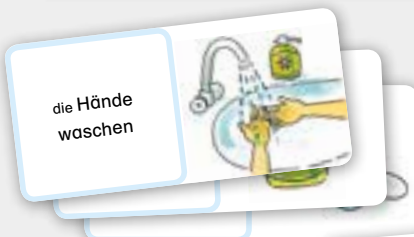
**Station 2 Was fühlst du?**  
Was hast du erkannt? Schreibe oder male.

**Station 3 Was ist das? Schaut genau!**  
Was habt ihr erkannt? Schreibe oder male.

**Station 4 Milch macht munter!**  
Ergänze: In Milch steckt viel Gutes. \_\_\_\_\_ macht deine Knochen stark.  
Für deine Muskeln und zum Wachsen brauchst du \_\_\_\_\_.  
\_\_\_\_\_ helfen dir beim Sehen und Denken. \_\_\_\_\_ ist für den Geschmack – zu viel macht dich schlapp.  
\_\_\_\_\_ gibt dir Energie.  
Milch ist \_\_\_\_\_ Durstlöcher.

**Station 5 So eine Vielfalt!**  
Was möchtest du probieren?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

M13



### M13: Milchexperten gesucht

### D03: Meine Wahlstationen

### Wort-Bildkarten





### Forscheraufträge




	AKTIONEN	ZIEL	MATERIALIEN	DIFFERENZIERUNG
<b>PFLICHTSTATIONEN</b>				
<b>STATION 1</b>	<b>Hände waschen</b> Ein Kind leitet seinen Partner/seine Partnerin entsprechend der Bilder an und dann umgekehrt. 	SuS beschreiben, beobachten und üben, wie man sich die Hände gründlich wäscht.	<input type="checkbox"/> Stationskarte <input type="checkbox"/> Flüssigseife <input type="checkbox"/> Papierhandtücher	Zusatzaufgabe: Schreibe zu jedem Bild einen Satz.
<b>STATION 2</b>	<b>Was fühlst du?</b> Kinder greifen nacheinander in den Fühlsack. 	SuS können Gegenstände durch den Tastsinn unterscheiden.	<input type="checkbox"/> Stationskarte <input type="checkbox"/> Fühlsack mit 6 bis 8 Gegenständen, z. B. Frischkäsepackung, Joghurtbecher, leere Schulumilchpackung, Spielfiguren Kuh und Ziege, Zitrone, Banane, Schneebesen oder andere Arbeitsgeräte	Wort-Bildkarten als Hilfen auswählen, ggf. neue erstellen und dazulegen. Hinweis für SuS ergänzen: Du brauchst einen Tipp? Schau dir die Wort-Bildkarten an.
<b>STATION 3</b>	<b>Was ist das? Schaut genau!</b> Wie viele Teile brauchen die SuS, um das Motiv zu erkennen? SuS überlegen gemeinsam. 	SuS erkennen aus Bildausschnitten verschiedene Motive.	<input type="checkbox"/> Stationskarte <input type="checkbox"/> Fotos siehe Download <input type="checkbox"/> 6 Briefumschläge Die Fotos (z. B. 07–14) auswählen, ausdrucken, in sechs Teile schneiden und jeweils in einen Briefumschlag stecken.	Weitere Bilder aufnehmen.  Bilder in mehr Puzzleteile zerlegen.
<b>STATION 4</b>	<b>Milch macht munter!</b> Milch ist kein Durstlöcher, warum? SuS erfahren es, indem sie die Sätze zusammenpuzzeln. 	SuS erkennen, was in der Milch steckt und warum Milch unserem Körper guttut.	<input type="checkbox"/> Stationskarte <input type="checkbox"/> M06: Satzpuzzle Tipp: Wortpuzzleteile auf Karton aufkleben. <input type="checkbox"/> Umschlag mit Puzzleteilen für 2 bis 6 Sätze	2 bis 6 Sätze Als Hilfe die Satzanfänge oder jeden Satz mit einem anders farbigen Punkt oder Muster kennzeichnen. Zusatzaufgabe: Erfindet gemeinsam einen Werbespruch.
<b>STATION 5</b>	<b>So eine Vielfalt!</b> SuS sortieren Milchprodukte in drei Kategorien: Das mag ich. Das kenne ich nicht. Das möchte ich probieren. 	SuS erkennen die Milchvielfalt und machen sich ihre Vorlieben bewusst.	<input type="checkbox"/> Stationskarte <input type="checkbox"/> D02: Aufsteller <input type="checkbox"/> 10 bis 12 der mitgebrachten leeren Verpackungen, z. B. Milch-Tetrapack, Schokodrink, Käseschachteln, verschiedene Fruchtjoghurts, Buttermilch, Trinkjoghurt ...	Aus Prospekten Milchprodukte ausschneiden und Klassencollage erstellen.  Zusatzaufgabe: Auf welchen Packungen ist der grüne Punkt? Was bedeutet er? Was machst du mit der leeren Verpackung?



	AKTIONEN	ZIEL	MATERIALIEN	DIFFERENZIERUNG
<b>STATION 6</b>	<p><b>Selber machen!</b> SuS setzen ein Rezept zusammen.</p> 	SuS bringen die Schritte im Rezept in die richtige Reihenfolge.	<input type="checkbox"/> Stationskarte <input type="checkbox"/> Rezept: Schüttel-Shake in 5 Teile schneiden: Hände waschen, Arbeitsgeräte/Zutaten, Rezeptanleitung, gemeinsam essen, aufräumen Tipp: Schüttel-Shake herstellen und verkosten.	Schüttel-Shake als Bildrezept: Die Arbeitsgeräte und Zutatenliste löschen. Arbeitsauftrag: Was musst du bereitstellen? Kreise die Arbeitsgeräte in rot, die Zutaten in grün ein.
<b>STATION 7</b>	<p><b>Die Chefkochprobe</b> SuS suchen die richtige Vorgehensweise beim Abschmecken heraus.</p> 	SuS können hygienisch kosten.	<input type="checkbox"/> Stationskarte <input type="checkbox"/> Lösungskarte	Chefkochprobe praktisch üben mit zwei Löffeln und einem Milchprodukt (Joghurt, Schulmilch, Schüttel-Shake).

#### WAHLSTATIONEN

<b>STATION 8</b>	<p><b>Der Eiweißdetektiv</b> SuS experimentieren: Sie geben einige Tropfen Zitrone in flache Glas-schälchen mit wenig Milch.</p> 	SuS beobachten und dokumentieren, wie sich die Milch verändert. Sie suchen nach einer Erklärung.	<input type="checkbox"/> Stationskarte <input type="checkbox"/> Lösungskarte <input type="checkbox"/> flache Glas- oder Petri-schale, Esslöffel, Zitronensaft, Frischmilch, Wasser	Weitere Flüssigkeiten eintropfen, z. B. Orangensaft ...
<b>STATION 9</b>	<p><b>Was heißt homogenisieren?</b> SuS experimentieren mit Blumenspritze.</p> 	SuS finden heraus, was Homogenisieren bedeutet.	<input type="checkbox"/> Stationskarte <input type="checkbox"/> Lösungskarte <input type="checkbox"/> Sprühflasche mit Wasser-Öl-Gemisch, Schraubglas mit Wasser-Öl-Gemisch, Glas	

# Frühstück für Müslifans



Milch oder Joghurt treffen auf Getreideflocken, Kerne, frisches Obst – und fertig ist ein Fitmacher-Frühstück. In diesem Modul entdecken die Kinder mit dem Müsli Kunterbunt ein Beispiel für ein Pyramidenfrühstück. Sie mischen sich eine kleine Probe Müsli nach ihren Wünschen und probieren sie. Das Kleinschnippeln von frischem Obst wird im Modul 4 geübt: Kommt, wir frühstücken!



▲▲ Foto: I. Brüggemann, ▲ Foto: Christopher Fletcher – iStock.com

**INTENTION** Die Ernährungspyramide als Orientierung kennen lernen und verstehen.  
Müsli als Milchfrühstück probieren und erkennen.

- MATERIAL**
- D04: Die Ernährungspyramide
  - M23: Das Pyramidenlied
  - M14: Mein Wunsch-Frühstück
  - D05: Symbole für das Pyramidenfrühstück
  - Müslizutaten, z. B. Hafer-, Weizen-, Dinkelvollkornflocken, Sesamsamen, Sonnenblumenkerne, Nüsse
  - Milch, Wasser und Obst, z. B. aus dem EU-Schulprogramm
  - für L: 1 Schneidebrett, 1 Messer, 1 Esslöffel, 1 Abfallschüssel, 1 Obstschüssel
  - pro Kind: 1 Dessertschale und 1 Teelöffel

**VORBEREITUNG** (Schul-)Obst waschen, Müslizutaten und Wasser auf einem Tisch bereitstellen.  
Pyramidensymbole zuschneiden. Pyramidenposter aufhängen oder Folie an die Wand projizieren.

**DURCHFÜHRUNG**

**Einstieg:** Mit den SuS das Pyramidenlied singen. Die Ernährungspyramide mit ihren Lebensmittelgruppen, die Handportion und Ampelfarben einführen oder wiederholen.

**Erarbeitung:** Was seht ihr auf dem Tisch? SuS sortieren Milch, Haferflocken, Obst und Wasser den Pyramidensymbolen zu: Wasser gehört in die Getränkeebene; es ist der ideale Durstlöcher. Milch und Kakao liefern viele Nährstoffe (Eiweiß, Milchzucker, Fett, Vitamine, Mineralstoffe; s. Modul 2, Station 4). Daher gehört die Milch nicht in die Getränkeebene, sondern hat ein eigenes Symbol. Vollkornflocken gehören zu Getreide. Obst findet in der zweiten Ebene Platz. Diese vier Bausteine gehören zu einem Fitmacherfrühstück und bilden die Pyramidenfrühstücksformel.  
Jedes Kind mischt sich aus den Müslizutaten eine Kostprobe „Müsli Kunterbunt“ mit frischem Obst der Saison. Gemeinsam wird probiert: Wie sieht das Müsli aus, wie riecht es, wie fühlt es sich auf der Zunge an, wie schmeckt es?

**Vertiefung:** SuS untersuchen ihr Pausenfrühstück nach der Pyramidenformel. Sie sammeln Ideen, wie sie es zu einem Fitmacherfrühstück ergänzen können.

**HAUSAUFGABE** SuS bearbeiten M14 „Mein Wunsch-Frühstück“. Sie zeigen es ihren Eltern.

**SPRACHFÖRDERUNG** Wort-Bildkarten: das Müsli, das Wasser, das Getreide, das Gemüse, das Obst, die Brotdose

**FÜR FORSCHER** Welche Pyramidenbausteine gibt es bei eurem Frühstück zu Hause?  
Was esst ihr an einem Schultag? Was am Wochenende? Was im Urlaub?

**IDEENBÖRSE**

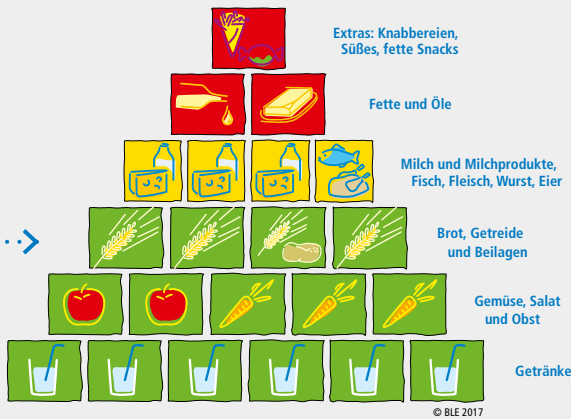
**Foto** eines reich gedeckten Frühstückstischs: SuS ordnen die Lebensmittel in die Pyramide ein. Süße Frühstücksfakes, Schokohörnchen und fertige Milchmischgetränke werden als Süßigkeiten entlarvt und in die Pyramidenspitze einsortiert.

**Rezeptalternative:** Fettarmen Joghurt, Quark oder Dickmilch fürs Müsli verwenden.

**Müslimischung auf Vorrat:** SuS mischen sich ein Müsli auf Vorrat (z. B. verschiedene Getreideflocken, Kerne, ggf. Rosinen), auf das sie beim Klassenfrühstück zurückgreifen können.  
Alternativ: Alle Müslizutaten in verschließbare Gläser füllen. So kann sich jedes Kind sein Müsli mischen.

## Die Ernährungspyramide

Die Ernährungspyramide gibt Kindern (und Erwachsenen) eine Orientierung fürs tägliche Essen und Trinken. Es gibt acht Lebensmittelgruppen. Jede hat ein eigenes Symbol. Für Milch und Milchprodukte steht das Symbol „Käse + Milchflasche“. Davon gibt es drei Bausteine auf der vierten, gelben Pyramidenebene. Eine Milchportion könnte übers Frühstück (zum Beispiel übers EU-Schulprogramm) erfolgen, die zweite übers Mittagessen, die dritte abends oder zwischendurch.



### D04: Die Ernährungspyramide

### M23: Das Pyramidenlied

**Das Pyramidenlied** Name \_\_\_\_\_

Refrain

1. Strophe: Wasser ist die erste Wahl, braucht der Körper allemal.  
2. Strophe: Gemüse und Salat im Überflus, sind ein wahrer Hochgenuss.  
3. Strophe: Nimm ruhig einen Apfel mit, der macht dich richtig fit.  
4. Strophe: Haferflocken, Vollkornbrot, machen Wangen richtig rot.  
5. Strophe: Dann die Milch, hast du's gerafft – gibt durch Kalzium ganz viel Kraft.

Refrain  
Refrain  
Refrain  
Refrain

### Wort-Bildkarten



### D05: Symbole für das Pyramidenfrühstück

**FORSCHERAUFTRAG**

Welche Pyramidenbausteine gibt es bei eurem Frühstück zu Hause?  
Was esst ihr an einem Schultag?  
Was am Wochenende? Was im Urlaub?

BZFE

## Pyramidenfrühstück

In diesem Modul lernen die Kinder das „Müsli Kunterbunt“ als Beispiel für ein Pyramidenfrühstück kennen.



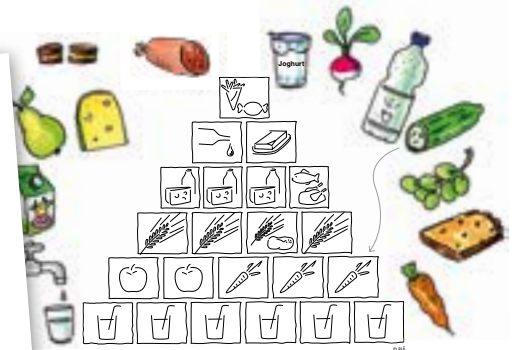
- Brot oder ungesüßte Frühstücksflocken – am besten aus Vollkorn
- Milch, Käse, Joghurt oder ein anderes Milchprodukt
- Gemüse oder Obst der Saison
- Getränk, z. B. Wasser, ungesüßter Früchtetee

Manche Kinder frühstücken ausgiebig zu Hause, andere entwickeln erst in der Schule Appetit. Für beide Typen gilt: Zweimal frühstücken! Entweder ein kleines Frühstück zu Hause und später ein größeres oder umgekehrt. Beide Frühstücke ergänzen sich.

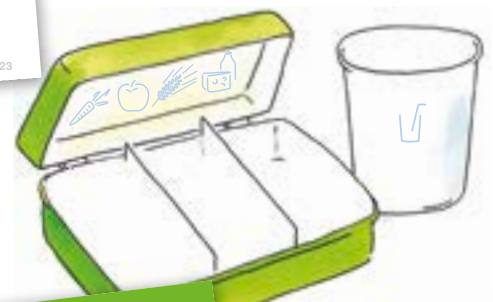
Infos und Materialien zur Pyramide unter: [www.bzfe.de](http://www.bzfe.de) > Ernährung > Ernährungspyramide

### Mein Wunsch-Frühstück

1. Male die Pyramide in den richtigen Farben an und verbinde.



Male ein Frühstück, das dir schmeckt. Beachte die Pyramidenformel.



### Forscherauftrag

# Kommt, wir frühstücken!



In diesem Modul wird vorausgesetzt, dass die Kinder die Ernährungspyramide kennen. Außer Müsli (Modul 3) gibt es noch andere Pyramidenfrühstücke. Beispiele dafür nehmen die Kinder jetzt unter die Lupe. Anschließend üben sie, wie man frisches Obst und Rohkost vorbereitet und klein schnippelt. So können sie künftig ihr Pausenbrot oder ihr Müsli Kunterbunt selbst nach der Pyramidenformel zubereiten.

Foto: Africa Studio – Fotolia.com

## INTENTION

Frühstücksideen mit Milch sammeln.  
Gemüse/Obst fürs Frühstück selbst vor- und zubereiten.

## MATERIAL

- Fotos 15–24: Pyramidenfrühstücke
- M23: Das Pyramidenlied (s. Modul 3)
- frisches Obst und Gemüse
- pro S: 1 Messer, 1 Schneidebrett
- pro Tischgruppe: 1 Teller oder Schüssel fürs Fingerfood, 1 Abfallschüssel, 1 Sparschäler
- M15: Knackiges Fingerfood
- M16: Hast du an alles gedacht?
- M17: Wie sieht euer Klassenfrühstück aus?

## VORBEREITUNG

Obst und Gemüse gründlich waschen. Kräuterquark und Knäckebrötchen als Reserve für Kinder bereithalten, die kein Frühstück dabei haben.

## DURCHFÜHRUNG

**Einstieg:** SuS singen das Pyramidenlied.

Impulsfragen: Was isst du zum Frühstück an einem Schultag, am Wochenende, im Urlaub (siehe Forscherauftrag bei Modul 3)?

**Erarbeitung:** SuS wiederholen die Pyramidenformel fürs Frühstück und überprüfen die Frühstücksideen auf den Fotos: Wo stecken die vier Frühstücksbauklötchen?

Im Anschluss lernen die SuS frisches Obst und Gemüse zu putzen und zu zerkleinern. Sie kombinieren es mit Milch, Brot und Wasser zum Klassenfrühstück. Dabei mit den SuS die folgenden Arbeitsschritte erarbeiten: Hände gründlich waschen, Arbeitsplatz einrichten (also Schneidebrett und Messer, je nach Gemüseart auch Sparschäler). Gemüse/Obst waschen, wenn nötig schälen und dann zerkleinern. Dabei liegt das Gemüse/Obst immer auf dem Brett. Den Krallengriff (s. Foto 14) demonstrieren.

Anschließend üben SuS die Arbeitsschritte mit einem Stück Gemüse oder Obst. Sie können das Gemüse in Streifen, Scheiben oder Stifte schneiden. Danach räumen sie ihren Arbeitsplatz auf und essen gemeinsam ihr Fingerfood zu ihrem Pausenbrot. Dazu gibt es Wasser – dann stimmt die Frühstücksideenformel. SuS beschreiben ihre Geschmackserlebnisse.

**Reflexion:** SuS machen den Check mit M16 „Hast du an alles gedacht?“ und sprechen über ihre Ergebnisse im Plenum. Dabei auch das Frühstück zu Hause miteinbeziehen (s. S. 15).

## SPRACHFÖRDERUNG

Wort-Bildkarten: schälen, zerkleinern, anrichten, aufräumen, abwischen, das Frühstück

## FÜR FORSCHER

Befrage eine Person, z. B. Oma, Opa, Nachbarn, Freunde. Was isst sie zum Frühstück?  
Aus welchen Pyramidenbausteinen besteht ihr Frühstück?

## IDEENBÖRSE

**Rezeptalternative:** Gemüse in Stifte schneiden und in Kräuter- oder Konfetti-Quark (s. Rezepte) dippeln.

**Weiterführung:** SuS erfinden Namen für ihr Pausenfrühstück. Impulse liefert das Poster: Komm wir frühstücken! (Bestell-Nr. 3985)

**Weiterführung:** Umfrage mit M17: Wie sieht euer Klassenfrühstück aus? SuS befragen sich gegenseitig, checken ihr Frühstück und bewerten die Essatmosphäre. Sie stellen Regeln auf bzw. überprüfen ihre Regeln und treffen ggf. neue Vereinbarungen.



## Sicher schneiden mit dem Krallengriff

Die YouTube-Filme zum Ernährungsführerschein „Sicher schneiden“ und „Hygienisch arbeiten“ bieten wertvolle Tipps für die Praxis im Klassenzimmer, u. a. eine Anleitung zum Krallengriff.

www.bzfe.de > Suche: Ernährungsführerschein >

Suche: Aus der Praxis für die Praxis



### Fotos 15–24: Pyramidenfrühstücke

**Knackiges Fingerfood** Name \_\_\_\_\_

**1** 1 Wasche gründlich deine Hände.

**2** 2 Stelle alles bereit.

**3** 3 Wasche das Gemüse. Lass es im Sieb abtropfen.

**4** 4 Schneide die nicht essbaren Teile ab.

**5** 5 Wenn nötig – schäle das Gemüse.

**6** 6 Schneide das Gemüse klein.

**7** 7 Richte alles appetitlich an.

**8** 8 Räume auf und wische den Tisch sauber.

© BZfE 2017. Für Mitbringer und Piktogramm-Berater: 1004

M15

### M15: Knackiges Fingerfood

Die Rezept-Vorlage ermöglicht zwei Differenzierungen: Durch Umknicken der Textspalte wird daraus eine reine Bildanleitung. Das spaltige Layout eignet sich auch zur Sprachförderung: Die SuS könnten die Verben konjugieren (ich wasche, du wäschst ...), aus den Aussagesätzen Imperativsätze oder Fragen bilden und die Inhalte als Frage-Antwortspiel festigen.

**Tipp:** Aus den Bildern laminierte Arbeitskarten (DIN A5) für den Klassenraum erstellen und aufhängen.

Weitere Differenzierung: Bilder reduzieren.



### M16: Hast du an alles gedacht?

### M17: Wie sieht euer Klassenfrühstück aus?

### Wort-Bildkarten



**FORSCHERAUFTRAG**

Befrage eine Person, z. B. Oma, Opa, Nachbarn, Freunde. Was isst sie zum Frühstück? Aus welchen Pyramidenbausteinen besteht ihr Frühstück?

**BZfE**

1004

**Hast du an alles gedacht?** Name \_\_\_\_\_

Überprüfe und bewerte.

**Wie sieht euer Klassenfrühstück aus?** Name \_\_\_\_\_

1 Befragt euch gegenseitig. Welche Aussagen treffen auf euch zu?  
Füllt die Tabelle so aus: ja = X nein = O

Ich habe mir mein Pausenfrühstück selbst gemacht.				
Ich trinke in der Pause Wasser, Tee oder Saft mit viel Wasser.				
Milch oder etwas aus Milch gehört zu meinem Frühstück.				
Frisches Obst oder Gemüse mag ich gerne in der Schule.				
Wir beginnen gemeinsam mit dem Essen.				
Wir essen in Ruhe und haben genug Zeit zum Essen.				
Keiner meckert über das Essen. Wir streiten nicht.				
Jeder darf reden, die anderen am Gruppentisch hören zu.				

2 Was möchtest du noch sagen? Welche Wünsche hast du?

3 Werden deine Wünsche an das gemeinsame Essen beachtet? Was kannst du dazu beitragen?

1004



„Wow, das ist alles aus Milch gemacht“, denkt bestimmt so manches Kind beim Anblick der vielen Milchprodukte und Speisen mit Milch. Die Steckbriefe sollen den Kindern Lust machen, etwas Neues selbst auszuprobieren und zu kosten, beispielsweise ein Powertürmchen oder einen Milchsmoothie.



▲▲ Foto: Serhiy Kobyakov – Fotolia.com, ▲ Foto: P. Meyer, BLE

**INTENTION** Informationen zu Milchprodukten sammeln.  
Milch und Milchprodukte in Speisen aufspüren.

**MATERIAL**  M18: Steckbrief  
 M19: Wo versteckt sich die Milch?

**DURCHFÜHRUNG** **Einstieg:** Klasse in zwei Gruppen einteilen. Die Gruppen nennen abwechselnd Speisen und Lebensmittel, die aus Milch gemacht oder mit Milch hergestellt werden, z. B. Joghurt, Kräuterquark, Milchshake, Nudelsalat mit Käse, Müsli, Trauben-Käsespieß, Obstquark, Milchreis, Pudding, Ayran ...

**Überleitung zum Steckbrief:** Was ist ein Steckbrief? Welche Steckbriefe kennt ihr?  
Z. B. aus Freunde-Büchern. Welche Fragen werden dort gestellt? Welche Fragen passen zu Milch und Milchprodukten?

**Erarbeitung:** SuS erstellen in Partnerarbeit Steckbriefe zu einem Milchprodukt, das sie interessiert. Hierfür können sie Milchverpackungen aus der Klassensammlung wählen und Informationen im Internet recherchieren.

**Auswertung und Reflexion:** SuS schauen sich in einem Museumsgang die Klassenergebnisse an. Dabei teilen sich die Paare auf: Einer bleibt als Experte beim Steckbrief, der andere schaut sich die Ergebnisse der Mitschüler an. Dann wechseln sie. Was haben sie Neues erfahren? Welche Milchprodukte möchten die SuS probieren?

**Vertiefung oder als Hausaufgabe:** SuS bearbeiten M19 „Wo versteckt sich die Milch?“  
Im Klassengespräch erfolgt die Auswertung unter der Frage: Ist das eine Milchportion im Sinne der Ernährungspyramide (Modul 3)? Dabei wird klar: Kindermilchsnacks sind keine Milchportion, sondern Süßigkeiten.

**REZEPTVORSCHLAG** Power-Türmchen; Milchsmoothie

**SPRACHFÖRDERUNG** Wort-Bildkarten: der Joghurt, der Käse, der Quark, die Sahne  
Steckbriefe in Schreibkonferenzen überarbeiten

**FÜR FORSCHER** Suche im Geschäft nach Milchprodukten. Schreibe auf, welche du entdeckt hast.  
Wie wird Käse hergestellt? Wie kommen die Löcher in den Käse?  
Woher haben Gouda und Emmentaler ihren Namen?

**IDEENBÖRSE** **Variante:** Die Fotos auf M19 „Wo versteckt sich die Milch?“ mittels Folie oder Beamer für ein Klassengespräch an die Wand projizieren.

**Fächerübergreifend (Kunst):** Milch- und Joghurtverpackungen gut ausspülen und daraus Kunstobjekte basteln.

**Erweiterung:** Aus allen Steckbriefen der Klasse ein Milchlexikon erstellen.

**Recherche-Tipp für Lehrende:** BMEL-Broschüre zu Milch als Download unter: [www.bmel.de](http://www.bmel.de) >  
Suche: Milch das vielseitigste Nahrungsmittel der Welt

### Hier versteckt sich Milch

- Ideale Milchverstecke sind Kräuterquark, selbst gemachter Obstquark, Obstjoghurt, Ayran und Lassi (Rezepte s. Modul 13). Eine Portion dieser Speisen entspricht in etwa einem Milchbaustein in der Pyramide.
- Kakao, Milchlischgetränke, Milchreis und Pudding liefern ebenfalls viel Milch, gleichzeitig aber auch Zucker. Daher nur eine süße Milchportion am Tag und nicht drei. Milchdesserts speziell für Kinder sind nicht besser als herkömmliche Produkte. Sie sind oft sogar süßer, fetter und teurer.
- In Pizza, mit Käse überbackenem Toast und Gemüseauflauf lässt sich Käse verstecken.
- Keine Milchportionen, sondern Süßigkeiten im Sinne der Pyramide sind Speiseeis, Schokowaffeln, Milchsnacks und Milchsokolade. Die Milchmenge ist sehr gering, der Zucker- und Fettanteil dagegen sehr hoch.
- Keine Milch ist enthalten in Tomaten, Schinkenbrot und Hühnerei.

### M18: Steckbrief

**Steckbrief** Name \_\_\_\_\_

Wie heißt euer Milchprodukt?  
\_\_\_\_\_

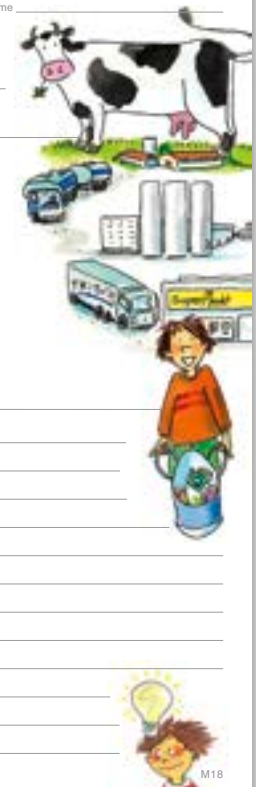
So sieht es aus. Malt es oder klebt ein Bild ein.

Es besteht aus: \_\_\_\_\_

Wie schmeckt es?  
\_\_\_\_\_

Was könnt ihr daraus zubereiten?  
\_\_\_\_\_

Was habt ihr noch herausgefunden?  
\_\_\_\_\_



© BZfE 2017. Für Milchprodukte und Speisewaren. Nr. 04. 1004

M18

### Wo versteckt sich die Milch?

Schaut euch die Bilder genau an: Wo versteckt sich eine Portion Milch? Kreuzt an. Schreibt unter das Bild, welches Milchprodukt ihr entdeckt habt.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

© BZfE 2017. Für Milchprodukte und Speisewaren. Nr. 04. 1004

M19

### M19: Wo versteckt sich die Milch?

Tipp: Ein Memo-Spiel basteln. Dafür die Fotos vergrößern, ausdrucken und laminieren.

### Milchsmoothie

- Zutaten für 4 Portionen:**
- ▶ 1 halber Liter gekühlte Milch (1,5 %)
  - ▶ 250 g weiches Obst der Jahreszeit

- Arbeitsgeräte:**
- ▶ Abtropfsieb und Schüssel
  - ▶ Abfallschüssel
  - ▶ Schneidebrett
  - ▶ Messer
  - ▶ hohe Rührschüssel
  - ▶ 1 Tasse



### Power-Türmchen

- Zutaten (für 4 bis 6 Türmchen):**
- ▶ 2 Scheiben Vollkornbrot
  - ▶ 60 g Feta oder Schnittkäse
  - ▶ 100–150 g Gemüse der Jahreszeit, z. B. Paprika, Tomaten, Gurken ...
  - ▶ 4 bis 6 Blätter Basilikum

- Arbeitsgeräte:**
- ▶ Abtropfsieb und Schüssel
  - ▶ Abfallschüssel
  - ▶ Schneidebrett
  - ▶ Messer
  - ▶ Sparschäler
  - ▶ Spieße
  - ▶ Teller oder Platte



- So geht's:**
1. Wasche und putze das Gemüse. Wenn nötig, schäle es.
  2. Wasche den Basilikum. Vorsichtig trocken schütteln.
  3. Schneide das Brot, den Käse und das Gemüse in gleich große, mundgerechte Stücke.
  4. Stecke nun abwechselnd Brot, Käse, Gemüse und das Basilikumblatt auf die Spieße.

der Joghurt



Wort-Bildkarten

### FORSCHERAUFTRAG

Suche im Geschäft nach Milchprodukten. Schreibe auf, welche du entdeckst hast.





# Wie schmeckt das?



Schmeckt der rote Joghurt wirklich süßer als der pfirsichgelbe? Hier werden die Kinder zu Feinschmeckern. Sie lernen die Methode SinnExperimentieren kennen, die sie bei allen Rezepten und Lebensmitteln anwenden können. Sie setzen alle fünf Sinne ein und entdecken so feine Unterschiede, lernen sie auszudrücken und merken: Jeder hat seinen eigenen Geschmack.



▲ Foto: Africa Studio – Fotolia.com, ▲ Foto: P. Meyer, BL E

**INTENTION** Neue Geschmacksrichtungen erfahren und Sinneseindrücke beschreiben.

- MATERIAL**
- M20: Forscher aufgepasst: Wie schmeckt das?
  - M21: Beschreibungshilfen, D06: Weitere Beschreibungshilfen
  - 3 Schüsseln, 3 Esslöffel
  - 3 verschiedene selbst gemachte Fruchtojoghurts: Jeweils 500 g Naturjoghurt anrühren:  
a) mit frischem Obst, b) mit Fruchtaufstrich, c) mit Smoothie
  - pro S: Unterteller/Dessertschale und Löffel

**VORBEREITUNG** Joghurts mit saisonalem Obst, Fruchtaufstrich und Smoothie vorbereiten (s. Rezept: Fruchtiger Joghurt). Möglichst ähnliche Obstarten verwenden, z. B. Erdbeeren, Erdbeerfruchtaufstrich und roten Smoothie.  
**Bis zur Verkostung kühl stellen.**

**DURCHFÜHRUNG** **Einstieg:** L formuliert ein Rätsel: Was habe ich gestern gegessen? Es ist süß, cremig, rosa, riecht säuerlich und süß zugleich. Manchmal ist es auch rot-weiß geschichtet. SuS sammeln Ideen. Sie benennen die Sinne, die sie zum Beschreiben einsetzen können – ggf. Beschreibungshilfen anbieten.

**Erarbeitung:** Zum SinnExperiment überleiten. Zunächst die Spielregeln fürs SinnExperimentieren (s. rechts) erläutern. Dann bekommt jedes Kind Teller, Löffel und M20 „Forscher aufgepasst“. Probe 1 wird verteilt und gemeinsam mit allen Sinnen getestet. Die Tabelle für Probe 1 füllen die SuS im Klassengespräch aus. Proben 2 und 3 testen sie selbstständig.

**Auswertung und Reflexion:** Was haben die SuS erkannt? Was schmeckt wem gut? Welche Erfahrungen wurden gemacht? Dabei die neuen Adjektive verwenden.

**REZEPTVORSCHLAG** Fruchtiger Joghurt; Milchsmoothie; Schüttel-Shake

**SPRACHFÖRDERUNG** Wort-Bildkarten: fühlen, schmecken, hören, sehen, riechen  
Adjektive für Sinneseindrücke sammeln (s. auch Beschreibungshilfen) und damit vollständige Sätze formulieren: Der Joghurt schmeckt süß.  
Gegenteile suchen, z. B. cremig – körnig, süß – sauer, hell – dunkel, weich – hart

**FÜR FORSCHER** Wo stecken heute die drei Milchportionen in deinem Essen?  
Bereite ein SinnExperiment für deine Familie vor: Was möchtet ihr testen? Schreibe auf, was dich am meisten überrascht hat.

**IDEENBÖRSE** **Schnelle Variante:** 3 verschiedene Fertigjoghurts probieren, z. B. Erdbeer-, Himbeer- und Heidelbeerjoghurt. Schmecken die SuS die Sorte heraus? Überlegungen anstellen, warum die Joghurts so ähnlich schmecken. Fertige Fruchtojoghurt enthalten in der Regel wenig Frucht (z. B. 1 Erdbeere), dafür viel Zucker und Aromen.

**Verknüpfung mit Schulobst:** Welches Obst hat jetzt Saison? Welches eignet sich für einen Fruchtojoghurt, Milchsmoothie oder Lassi?

**Rezept:** SuS bereiten selbst Fruchtojoghurt zu (s. Rezepte).

**SinnExperimente** mit Produkten aus dem EU-Schulprogramm, mit verschiedenen Käsesorten oder Sauermilchprodukten wie Joghurt, Dickmilch, Quark, Kefir.

**Übung:** Milch oder verschiedene Naturjoghurts mit allen Sinnen schmecken und beschreiben.



## Schmecken mit allen Sinnen

Kinder haben einen besonders feinen Geschmackssinn. Sie teilen Speisen oft vorschnell in „schmeckt“ oder „schmeckt nicht“ ein. Nicht beim SinnExperimentieren. Hier setzen sie alle Sinne ein: Nase, Augen, Ohren, Hände, Zunge. Erst wenn alle Sinneseindrücke aufgespürt sind, folgt die Frage: Wie schmeckt es dir? Dabei gibt es kein richtig oder falsch. Den Kindern wird vielmehr bewusst, dass der Geschmack durchaus verschieden ist.

Sinnesübungen haben ein klares Schema und funktionieren ganz ohne Sprache. Hier kann jedes Kind mitmachen. Außerdem machen SinnExperimente Kindern Spaß: Sie lernen in Ruhe zu genießen und bekommen Appetit auf die große Lebensmittelvielfalt. Das ist die Basis für genussvolles, gesundheitsförderliches Essen und Trinken.

Beim SinnExperimentieren lernen die SuS ein Probierprinzip, das sie auf alle Lebensmittel anwenden können. So können sie feine Unterschiede zwischen den Milchsorsten, Fett-, Zucker- und Fruchtgehalten erkennen.

### Spielregeln fürs SinnExperimentieren – Tafelanschrift

1. Wir setzen alle Sinne ein.
2. Wir kosten die Lebensmittel in Ruhe und probieren alles.
3. Alle können in Ruhe testen, niemand verrät seine Ergebnisse vorab.
4. Abfällige Bemerkungen sind nicht erlaubt.
5. Wir schreiben unsere Ergebnisse in die Tabelle.

**Forscher aufgepasst: Wie schmeckt das?** Name \_\_\_\_\_

suß weich cremig fruchtig körnig

	Probe 1	Probe 2	Probe 3
Wie sieht der Joghurt aus? Farbe, mit Stückchen, mit Punkten, ...			
Wie riecht der Joghurt? fruchtig, süß, ...			
Wie fühlt sich der Joghurt im Mund an? weich, cremig, körnig, ...			
Wie schmeckt der Joghurt? süß, sauer, ...			
Welche Frucht oder Früchte schmeckst du?			
Wie schmeckt dir der Joghurt?			

Kirschen Erdbeere Banane Himbeere Johannisbeeren

M20

### M20: Forscher aufgepasst: Wie schmeckt das?

- Beschreibungshilfen löschen oder weitere ergänzen.
- Sprachlich vereinfachen und farbige Silbentrenner oder Silbenbögen einfügen.

**Schüttel-Shake** Name \_\_\_\_\_ Ihr braucht für 2 Portionen: \_\_\_\_\_

**Fruchtiger Joghurt** Name \_\_\_\_\_ Ihr braucht für 4 Portionen: \_\_\_\_\_

**Milchsmoothie** Name \_\_\_\_\_ Ihr braucht für 4 Portionen: \_\_\_\_\_

**Zutaten für 4 Portionen:**

- ▶ 1 halber Liter gekühlte Milch (1,5 %)
- ▶ 250 g weiches Obst der Jahreszeit

**Arbeitsgeräte:**

- ▶ Abtropfsieb und Schüssel
- ▶ Abfallschüssel
- ▶ Schneidebrett
- ▶ Messer
- ▶ hohe Rührschüssel
- ▶ 1 Tasse
- ▶ Pürierstab oder Standmixer
- ▶ 4 Gläser

**So geht's:**

1. Putze und wasche das Obst. Schäle es, wenn nötig. Beeren kannst du als ganze Frucht verwenden.
2. Schneide es in große Stücke.
3. Fülle das Obst in die Rührschüssel. Gib 1 Tasse Milch dazu.
4. Mixe alles gut durch.
5. Gib die restliche Milch dazu. Mixe, bis sie schaumig ist.
6. Verteile den Milchsmoothie auf die Gläser.

**Tipps:**

- ▶ Die Hälfte der Milch durch Buttermilch ersetzen.
- ▶ Obststücke aufspießen und über das Glas legen.

Gib den Joghurt in die Schüssel. Rühre ihn glatt.

Gib das Obst dazu. Vermische alles.

**Tipp:** Mit Haferflocken und Nüssen wird aus dem Fruchtjoghurt schnell ein Filzmacher-Müsl.

### M30: Schüttel-Shake

### M31: Fruchtiger Joghurt

### M34: Milchsmoothie

### M21/D06:

#### Beschreibungshilfen

- Ausschneiden und laminieren.
- Beschreibungshilfen gezielt auswählen, um die Anzahl zu verringern.
- Passende Adjektive ergänzen, z. B. Farben wie rosa, gelb, rot, weiß; schokoladig, nach Zimt, salzig, nach Knoblauch.

### Forscheraufträge

kalt

#### FORSCHERAUFTRAG

Wo stecken heute die drei Milchportionen in deinem Essen?

BZfE

fühlen

### Wort-Bildkarten

# Von der Weide in den Kühlschrank



Woher kommt die Milch? Geben braune Kühe Kakao? Wie kommt die Milch in die Tüte? Was passiert in der Molkerei? In diesem Modul lernen die Kinder die Arbeitsschritte von der Weide bis zum Kühlschrank kennen und wertzuschätzen.



Foto: Volker Wille – Fotolia.com, Foto: goodluz – Fotolia.com

## INTENTION

Herkunft und Weg der Milch verfolgen. Erfahren, wie viel Mühe und Sorgfalt in der Produktion von Milch steckt und ein Bewusstsein für den Wert der Milch entwickeln.

## MATERIAL

- D07: Film „Milch – echt cool: Bauernhof“ und D08: Film „Milch – echt cool: Molkerei“
- leere Milchpackung
- Foto 05: Kuh auf der Weide, ggf. weitere Fotos s. Download
- M22: Woher kommt die Milch?
- M24: Milch-Rap

## DURCHFÜHRUNG

**Einstieg:** Bild von einer Kuh auf der Weide und eine Milchpackung zeigen: Wie kommt die Milch von der Weide in den Kühlschrank? Vorwissen und Ideen der SuS sammeln. Vielleicht wohnt ja ein Kind auf einem Bauernhof mit Kühen.

**Erarbeitung:** Die Filme „Milch – echt cool: Bauernhof und Molkerei“ zeigen. Im Plenum den Weg der Milch besprechen. Dabei an die Inhalte des Filmes anknüpfen und Fragen klären. Die Bilder von M22 „Woher kommt die Milch?“ ggf. vergrößert als Hilfe zeigen.

Mündliche Schätzaufgabe: Was braucht eine Kuh pro Tag, um Milch zu geben? (Antwort s. rechts). SuS bearbeiten M22 „Woher kommt die Milch?“ und besprechen die Ergebnisse in der Klasse.

**Reflexion:** Die SuS erkennen, dass der Weg der Milch weit ist. Vom Kuhstall bis zum Verkauf im Lebensmittelgeschäft sind viele Arbeitsschritte notwendig. Nicht nur die Milchverarbeitung ist teuer. Auch die Erzeugung, denn die Kühe brauchen viel Futter und Wasser, um Milch zu geben. Abschlussfrage: Wie gehst du in Zukunft mit der Milch um?

**Erweiterung:** Die SuS lernen das Milchgedicht/den Milchrap kennen und schreiben einen eigenen Text.

## REZEPTVORSCHLAG

Butter selber machen, kühl stellen und später verwerten

## SPRACHFÖRDERUNG

Wort-Bildkarten: die Molkerei, der Bauernhof, melken, kühlen, trinken, das Euter, der Milchkühlwagen, das Kühlregal

## FÜR FORSCHER

Was geschieht mit der Milch in der Molkerei?

Schau dir im Supermarkt verschiedene Milchpackungen an. Welche Unterschiede entdeckst du? Was ist BIO-Milch? Wie erkennst du sie? Was ist das Besondere daran?

## IDEENBÖRSE

**Plakat** „Der Weg der Milch“ als Hilfe zu oder Ersatz für das Arbeitsblatt, erhältlich bei vielen Landesvereinigungen für Milchwirtschaft.

**Poster** „Die Kuh: Woher kommt Milch, Käse und Joghurt?“ Als Download oder bestellbar unter [www.information-medien-agrar.de](http://www.information-medien-agrar.de) > Medien / Bestellung, Suche: Die Kuh + Poster

**Filmspots**, u. a. [www.wegedermilch.de](http://www.wegedermilch.de)

**Exkursion:** Milchbauern oder Molkerei besuchen. SuS sammeln vorab Fragen. Dabei Vorwissen der Kinder einbauen, die einen Bauernhof mit Milchkühen kennen.

**Videoclip:** Der WDR-Beitrag der Sendung mit der Maus erklärt, was pasteurisieren und homogenisieren bei Milch bedeutet. [www.youtube.de](http://www.youtube.de), Suche: Sendung mit der Maus + Milch pasteurisieren.

**Differenzierung:** Den Weg von der Milch zur Kuh zurückverfolgen und erzählen/beschreiben

## Was braucht eine Kuh pro Tag, um Milch zu geben?

- 80 bis 120 Liter Wasser. Das entspricht 8 bis 12 großen Eimern.
- 40 bis 60 kg Silage bzw. Heu.
- Je nach Milchleistung 1 bis 8 kg Kraftfutter. Das entspricht 1 bis 8 Paketen Mehl.
- Vom Frühling bis Herbst frisches Grünfutter.



EU-Bio-Siegel



Deutsches Bio-Siegel

## Bio-Milch

Alle Milchsorten gibt es auch als Bio-Varianten. Sie müssen nach den Anforderungen an die ökologische Milchviehhaltung produziert werden. Das bedeutet u. a.: Weniger Tiere im Stall, Futter aus ökologischer Erzeugung, im Sommerhalbjahr Weidegang oder Auslauf, Ruhebereich mit Stroheinstreu.



D07/D08: Filme

Kleines Milchlexikon	
Rohmilch	Unbehandelte Milch. Sie gibt es nur im Ab-Hof-Verkauf beim Bauern. Sie <b>muss</b> vor dem Verzehr abgekocht werden.
Vorzugsmilch	In Handelspackungen abgefüllte Rohmilch. Sie unterliegt besonders strengen Hygienevorschriften.
Frischmilch	Pasteurisierte, kurzzeitig auf 72 bis 75 °C erhitzte Milch.
Längerfrische (ESL-)Milch	Pasteurisierte, kurzzeitig auf mind. 85 °C bis 127 °C hocherhitzte Milch. Der Frischmilchgeschmack bleibt erhalten.
H-Milch	Ultrahocherhitzte Milch, kurzzeitig mind. 135 °C bis 150 °C
Vollmilch	Milch mit 3,5% Fett.
Fettarme Milch	Teilentrahmte Milch mit 1,5% bis 1,8% Fett.
Magermilch	Entrahmte Milch mit maximal 0,5% Fett.
Natürlicher Fettgehalt	Vollmilch mit mindestens 3,5% Fett, in der Regel liegt der Fettgehalt bei 3,8 bis 4,2%.

### Woher kommt die Milch?

Was passt zusammen?  
Ordne die Texte den Bildern zu und verbinde.



Name \_\_\_\_\_

Im Kühlwagen wird die Milch von der Molkerei ins Geschäft gebracht.

In der Molkerei wird die Milch genau untersucht und weiterbehandelt. Hier werden aus ihr Butter, Sahne, Joghurt, Quark und andere Milchprodukte hergestellt.

Die Kuh muss jedes Jahr ein Kalb kriegen. Nur dann kann sie viel Milch geben.

Im Euter der Kuh entstehen täglich über 20 Liter Milch. Morgens und abends werden die Kühe am Melkstand gemolken.

Der Milchtankwagen holt die gekühlte Rohmilch ab und bringt sie zur Molkerei.

### M22/D09: Woher kommt die Milch?

- Bausteine ausschneiden und aufkleben.
- Textbausteine entfernen und SuS Bilder beschreiben lassen.
- Bilder und Texte reduzieren: Ein Kälbchen bekommen, die Kuh melken, die Milch transportieren, die Milch abfüllen, die Milch kühlen.

### Butter selber machen

Name \_\_\_\_\_

Ihr braucht:

- Gib die Sahne ins Glas. Schraube es fest zu.
- Schüttle kräftig die Klümpchen.
- Gieße alles ins Sieb und warte.
- Gib die Butter an eine saubere Stelle.
- Bestreibe ein Vollkornbrot dünn mit der Butter. Schneide Kräuter darüber.

Wie schmeckt das Brot, wie die Buttermilch?

### Milch-Rap

Name \_\_\_\_\_

Sie steht auf der Wiese und macht laut „Muh“.  
Wer ist denn das? Das ist die Kuh.

Sie gibt uns Milch für jeden Tag,  
die trink ich mal pur oder wie ich mag.

Als Käse oder Joghurt esse ich sie gern,  
Milchprodukte kommen von nah und von fern.

Schreibe dein eigenes Milchgedicht.  
Wenn du möchtest, kannst du dein Gedicht auch rappen.



M24: Milch-Rap

### Wort-Bildkarten



### M33/D13: Butter selber machen

### Forscheraufträge

FORSCHERAUFTRAG

Was geschieht mit der Milch in der Molkerei?

BZFE



# Welche Lebensmittel müssen in den



Milch verderbt leicht. Das ist Lebensmittelverschwendung und darf nicht passieren! Deshalb lernen die Kinder in diesem Modul, dass Milchprodukte gekühlt werden müssen und üben, wie man einen Kühlschrank einräumt. Übrigens: Die meisten Kinder mögen lieber gekühlte Milch (auch H-Milch).



AA Foto: tandikk - Fotolia.com, A Foto: M. Ebersoll/ BLE

**INTENTION** Milch-/produkte durch richtiges Lagern vor Verderb schützen.

- MATERIAL**
- Plakat und dicke Stifte, Kleber und Klebestreifen/Kreppband
  - Verschiedene Leerverpackungen von Milchprodukten, die in den Kühlschrank gehören, z. B. Joghurt, frische Milch, Frischkäse, Käse, geöffnete H-Milch sowie Lebensmitteln, die nicht kühl gelagert werden müssen, auch ungeöffnete H-Milch, H-Sahne. Ggf. zusätzlich Prospekte von Lebensmitteln.
  - Tuch zum Abdecken
  - M25: Was gehört in den Kühlschrank?

**VORBEREITUNG** Kinder im Vorfeld der Unterrichtsstunde motivieren, zu Hause die Lagerung von Milchprodukten zu erkunden und/oder beim Einkauf mit den Eltern die Platzierung im Supermarkt zu erforschen. Auf ein Plakat einen großen Kühlschrank malen. Plakat aufhängen oder in den Sitzkreis zu den Verpackungen legen. Die Gegenstände im Sitzkreis abdecken.

**DURCHFÜHRUNG**

**Einstieg:** Eine Geschichte erzählen: Emma und Enes planen ein Abenteuer. Sie wollen zwei Tage im Garten zelten. Sie nehmen Verpflegung mit: Äpfel, Tomaten, Brot, ein großes Stück Käse, zwei Flaschen Wasser, einen Liter Frischmilch und Müsli. Die Sonne scheint, deshalb kommt der Lebensmittelkorb in den Schatten ins Zelt. Am nächsten Morgen soll es zum Frühstück Müsli mit Milch geben. Doch es schmeckt anders als sonst. Was ist passiert?

**Erarbeitung:** Das Tuch in der Mitte des Sitzkreises lüften. SuS äußern sich zu den Produkten und stellen einen Bezug zum Erkundungsauftrag zu Hause (s. Vorbereitung) her. SuS wählen zu zweit ein Lebensmittel aus der Mitte, überlegen gemeinsam und kleben es in den Kühlschrank oder daneben. Sie begründen ihre Entscheidung. SuS bearbeiten M25 „Was gehört in den Kühlschrank?“ in Partnerarbeit oder als Hausaufgabe.

**Reflexion:** Wie könnt ihr herausfinden, ob ein Lebensmittel in den Kühlschrank gehört oder nicht? (Verpackungshinweise lesen, im Geschäft nachschauen ...)

**REZEPTVORSCHLAG** Milchsmoothie; Roter Lassi

**SPRACHFÖRDERUNG** Wort-Bildkarten: sauer, der Kühlschrank, kalt, warm, die Schulmilch

**FÜR FORSCHER** Verfolge den Weg eurer Schulmilch vom Klassenzimmer zurück bis zur Anlieferung. Wird sie gekühlt? Was ist eine Kühlkette?

Wie unterscheiden sich Frischmilch und H-Milch? Was ist längerfrische Milch?

Forsche nach: Wo stehen die Milchprodukte im Lebensmittelgeschäft? Wird der Käse in der Theke auch gekühlt?

Wo bewahrt ihr zu Hause Milch, Käse, Joghurt auf? Schau nach. Welche Hinweise zur Lagerung stehen auf der Verpackung?

**IDEENBÖRSE** **Alternativer Einstieg:** Die Geschichte als Pantomime vorspielen.

**Erweiterung:** Input zum Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) bei Milchprodukten: Was besagt das Datum? Was machst du, wenn das Datum abgelaufen ist?

**Linktipps:** Informationen zur Haltbarkeit und Lagerung von Milch unter [www.bzfe.de](http://www.bzfe.de) > Suche: Milch und Lagerung

Einen Kühlschrank als Bastelbogen für Kinder gibt es zum kostenfreien Download unter: [www.zugutfuerdietonne.de](http://www.zugutfuerdietonne.de) > Suche: Bastelbogen für Kinder „Rette die Lebensmittel und packe sie richtig weg“

## Der richtige Platz im Kühlschrank

Milch und Milchprodukte (Ausnahme: verschlossene H-Milch und H-Milchprodukte) können leicht verderben und gehören in den Kühlschrank. Optimal sind Milchprodukte im mittleren Fach bei einer Temperatur von circa 5 °C platziert. Geöffnete Milchtüten stehen gut in der Kühlschranktür. Da Milch leicht Fremdgerüche aufnimmt, müssen geöffnete Milch und Milchprodukte immer gut verschlossen werden.

## Haltbarkeit von Milch

Frischmilch verdirbt leicht und muss deshalb gekühlt werden. Um die Haltbarkeit zu verlängern, wird sie erhitzt. Das aufgedruckte Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) gilt nur für die original verschlossene Packung. Ist das MHD abgelaufen, sind die Milchprodukte nicht zwangsläufig verdorben. Sie sollten dann aber sicherheitshalber mit dem Geruchs- und Geschmackssinn geprüft werden. Ist die Milch angebrochen, muss man sie zügig verbrauchen. Frischmilch hält gekühlt bis zu 5 Tagen, H-Milch etwa 7 Tage.

Frishmilch	pasteurisiert	gekühlt 7–10 Tage haltbar
ESL-Milch die länger frische Milch	hoherhitzt und pasteurisiert	gekühlt bis zu 3 Wochen haltbar
H-Milch	ultrahoherhitzt	ungekühlt 3–6 Monate haltbar

**Was gehört in den Kühlschrank?** Name \_\_\_\_\_

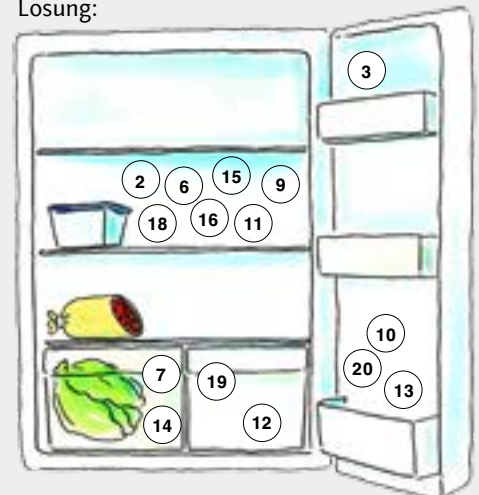
Schau dir die Lebensmittel genau an. Welche gehören in den Kühlschrank? Schreibe die Zahlen für die Lebensmittel an die richtige Stelle im Kühlschrank.

Das gehört nicht in den Kühlschrank:  
○○○○○

### M25: Was gehört in den Kühlschrank?

Vorschlag zum Differenzieren: Die SuS schneiden die Bilder aus und kleben sie auf ein Extrablatt. Vor dem Aufkleben zunächst Bilder hinlegen und gemeinsam kontrollieren.

### Lösung:



### M34: Milsmoothie M35: Roter Lassi

### Wort-Bildkarten



### Forscheraufträge

**FORSCHERAUFTRAG**

Verfolge den Weg eurer Schulumilch vom Klassenzimmer zurück bis zur Anlieferung. Wird sie gekühlt?

**BZFE**  
Bundeszentrale für Ernährungsbildung  
www.bzfe.de

**Milksmoothie**

Zutaten für 4 Portionen:  
▶ 1 halber Liter gekühlte Milch (1,5 %)

Arbeitsgeräte:  
▶ Abtropfsieb und Schüssel  
▶ Abfallschüssel  
▶ Schneidebrett  
▶ Messer  
▶ Löffel  
▶ hohe Rührschüssel  
▶ Pürierstab oder Standmixer  
▶ 4 Gläser

So geht's:  
1. Wasche die Erdbeeren, lasse sie im Sieb abtropfen und entferne das Grün.  
2. Gib die Erdbeeren und den Joghurt in die Rührschüssel. Alles gut durchmischen.  
3. Schütte das kalte Wasser in die Joghurtmischung.  
4. Nochmal alles gut mixen. Verteile den Lassi auf die Gläser.

Tipps:  
▶ Das Glas mit einer Erdbeere oder Minze verzieren.  
▶ Im Sommer 2 bis 3 Eiswürfel in den Lassi geben.  
▶ Wasser durch Mineralwasser mit Kohlensäure ersetzen.  
▶ 500 ml Buttermilch statt Joghurt und Wasser verwenden.

**Roter Lassi**

Zutaten für 4 Portionen:  
▶ 500 g Erdbeeren oder anderes weiches Obst der Saison  
▶ 500 g Joghurt (1,5 %)  
▶ 300 ml kaltes Wasser

Arbeitsgeräte:  
▶ Abtropfsieb und Schüssel  
▶ Abfallschüssel  
▶ Schneidebrett  
▶ Messer  
▶ Löffel  
▶ hohe Rührschüssel  
▶ Pürierstab oder Standmixer  
▶ 4 Gläser

So geht's:  
1. Wasche die Erdbeeren, lasse sie im Sieb abtropfen und entferne das Grün.  
2. Gib die Erdbeeren und den Joghurt in die Rührschüssel. Alles gut durchmischen.  
3. Schütte das kalte Wasser in die Joghurtmischung.  
4. Nochmal alles gut mixen. Verteile den Lassi auf die Gläser.

Tipps:  
▶ Das Glas mit einer Erdbeere oder Minze verzieren.  
▶ Im Sommer 2 bis 3 Eiswürfel in den Lassi geben.  
▶ Wasser durch Mineralwasser mit Kohlensäure ersetzen.  
▶ 500 ml Buttermilch statt Joghurt und Wasser verwenden.

# Aus Milch wird Quark



Gekauften Quark kennt jeder, aber haben die Kinder Quark schon einmal selbst gemacht? Beim „Quarkexperiment“ erkennen sie, was die Zitrone mit der Milch macht und wie daraus Quark entsteht. Danach probieren die Kinder die Molke und den selbst gemachten Quark und verwenden ihn für ein grünes Piratenbrot oder einen Fruchtquark.



Foto: A. van Son, Foto: K. Arras

## INTENTION

Aus Milch Quark herstellen und ihn nach eigenem Geschmack verfeinern. Molke als Nebenprodukt der Quarkherstellung kennen lernen.

## MATERIAL

- ausgespülte Milchprodukte, u. a. Früchte- und Kräuterquark
- M26: Aus Milch wird Quark
- pro Gruppe: (Schul-)Milch, Zitronen, Arbeitsgeräte laut Anleitung  
Info: Aus 200 Milliliter Milch entstehen etwa 2 EL Quark.
- pro S: 1 Unterteller/Dessertschale, 1 kleiner Löffel
- ggf. M19: Wo versteckt sich die Milch? (Modul 5)

## DURCHFÜHRUNG

**Einstieg/Wiederholung:** Welche Lebensmittel kennt ihr, die aus Milch gemacht werden? Mindmap erstellen und Rückmeldungen der SuS sammeln. Als Hilfe auf die Milchverpackungen der Klasse verweisen. Am Ende Quark hervorheben und Versuch vorstellen.

**Erarbeitung:** Versuch besprechen und ggf. auf das Vorwissen aus der Lernstation „Der Eiweißdetektiv“ (Modul 2, Station 8) zurückgreifen.

Dann stellen die SuS in Kleingruppen selbstständig oder angeleitet ihren Quark her. Während die Milch durch den Filter fließt (dauert etwa 25 Minuten), können die SuS M19 „Wo versteckt sich die Milch?“ bearbeiten.

Die SuS probieren ihren Quark. Durch die Zitrone schmeckt dieser „pur“ etwas sauer. Daher können die SuS daraus einen Fruchtquark herstellen oder ihn für ein „Grünes Piratenbrot“ verwenden.

Das Nebenprodukt, die Molke, nicht wegschütten. Pur kosten und beispielsweise in einem Joghurt-Drink verwerten oder mit Saft mischen.

**Auswertung und Reflexion:** SuS berichten, wie ihnen der selbst gemachte Quark schmeckt. Sie erzählen: Was war neu? Was hat überrascht?

## REZEPTVORSCHLAG

„Grünes Piratenbrot“ mit Schnittlauchröllchen oder Möhrenraspeln oder zum Pausenbrotgesicht variieren; Konfettiquark der Jahreszeit

## SPRACHFÖRDERUNG

Bild-Wortkarten: der Quark, der Zitronensaft, die Zitrone, die Molke

## FÜR FORSCHER

Wie kannst du Frischkäse und Quark verwenden? Befrage auch deine Eltern.

## IDEENBÖRSE

**Differenzierung:** Den Versuch schrittweise anleiten. SuS erhalten die Versuchsanleitung erst am Ende der Stunde für zu Hause.

**Differenzierung:** SuS erarbeiten die Erklärung (s. Modul 2, Lösung zu Station 8).

**Hausaufgabe:** Quarkspeise herstellen und Zutaten notieren.

**Linktipp:** Anleitungen, um Joghurt oder Frischkäse selber zu machen gibt es unter: [www.beki-bw.de](http://www.beki-bw.de) > Arbeitsmaterial > Esspedition Frühstück – Experimente aus der Küche

**Video-Tutorials:** Auf YouTube gibt es kurze Videos zur Herstellung von Mozzarella, Frischkäse, Joghurt und Butter. Sie zeigen, wie einfach man mit Kindern Milchprodukte selbst machen kann. Unter: [www.youtube.de](http://www.youtube.de) > Suche: SchulmilchNRW + Mozzarella selbst herstellen



## Was macht die Zitrone mit der Milch?

Die SuS haben im Modul 2 an Station 8 bereits beobachtet, wie Zitrone das Milcheiweiß verändert: Es flokkt aus und gerinnt. Das geschieht auch bei der industriellen Herstellung von Joghurt oder Käse. Hier wird Joghurt mit Milchsäurebakterien hergestellt, Käse mit Labenzymen. Im Schulversuch verwenden die SuS Zitronensaft.

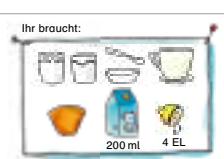
### M26: Aus Milch wird Quark

**Tipp:** Statt Kaffeefilter können Sie auch einen Teefilter nutzen.


Vorschlag zum Differenzieren: Eine reine Bildanleitung erstellen. Dazu die Texte im Word-Dokument löschen.


**Aus Milch wird Quark** Name \_\_\_\_\_


Ihr braucht:





200 ml 4 EL

1  Gießt die Milch in das Glas.

2  Gebt 4 Esslöffel Zitronensaft dazu. Rührt solange, bis sich kleine Flocken bilden. Wartet 5 Minuten. 4 EL Warte 5 min.

3  Stellt den Filter auf das andere Glas. Gießt die Milchmischung in den Filter. Wartet, bis alles durch den Filter geflossen ist. Warte 25 min.

4  Schütet den Inhalt des Filters in das Schälchen: Das ist euer Quark. Was übrig bleibt, heißt Molke. der Quark die Molke

 Mit Obst oder Kräutern schmeckt der Quark superlecker. M26

**Konfettiquark der Jahreszeit** Name \_\_\_\_\_

Ihr braucht für 4 Portionen:

Gemüse der Jahreszeit  
250g  
Quark  
40 ml Milch (1,5%)  
150g  
200 bis 300g

1  Wasche das Gemüse.

2  Wenn nötig – schäle das Gemüse. Schneide es möglichst klein.

3  Gib den Quark und den Joghurt in eine Schüssel. Verrühre alles.

4  Gib das Gemüse in die Quarkmasse.

5  Schmecke mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver ab.

 Schmeckt auf Brot oder als Dipp. M32

### M32: Konfettiquark der Jahreszeit M38: Grünes Piratenbrot

Die aus 200 ml Milch hergestellte Quarkmenge reicht für ein kleines Piratenbrot. Wenn Sie den Quark aller Kinder sammeln, können sie daraus einen Kräuter- oder Konfettiquark zubereiten und Rohkost darin dippen.

**Grünes Piratenbrot**

**Zutaten für 4 Portionen:**

- ▶ 4 Scheiben Vollkornbrot
- ▶ 250 g Quark
- ▶ 40 ml Milch (1,5%)
- ▶ 1/2 Bund Schnittlauch

**Arbeitsgeräte:**

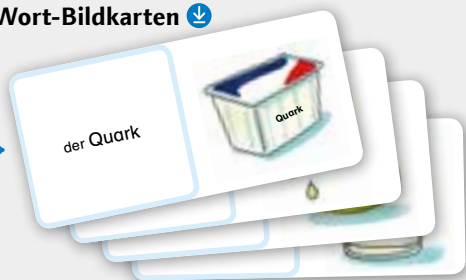
- ▶ Esslöffel
- ▶ Schüssel
- ▶ Tafelmesser
- ▶ saubere Küchenschere
- ▶ Teller oder Platte

**So geht's:**

1. Wasche den Schnittlauch. Vorsichtig trocken schütteln.
2. Verrühre den Quark mit der Milch in der Schüssel.
3. Streiche den Quark dick auf die Brotscheiben.
4. Schneide den Schnittlauch mit einer Küchenschere über dem Quark in kleine Röllchen.

 M38


### Wort-Bildkarten



### Forscherauftrag

**FORSCHERAUFTRAG**

Wie kannst du Frischkäse oder Quark verwenden? Befrage auch deine Eltern.



**BZFE**  
Für Bildungszentren und Jugendberufshilfen  
2011-2016 © BZFE 2017

# Milchforscher auf Zuckerjagd



Warum gehören die meisten Kindermilchprodukte nicht in die Milchebene in der Ernährungspyramide, sondern haben ihren Platz in der Spitze bei den Süßigkeiten? Das finden die Milchforscher bei ihrer Zuckerjagd heraus. Vorgeschlagen wird, die Ergebnisse in einer „interaktiven“ Zucker Ausstellung in der Schule zu präsentieren.



Fotos: M. Ebersoll, BLE

**INTENTION** Zuckermenge in Milchprodukten schätzen, bewerten und Alternativen aufzeigen.

- MATERIAL**
- Leerverpackungen von beliebten süßen Milchprodukten und solchen, die es am Schulkiosk/ in der Schulmensa oder beim Bäcker nebenan gibt.
  - Zuckerwürfel
  - M27: Auf Zuckerjagd

**VORBEREITUNG** Zu jedem Milchprodukt die Zuckerwürfelzahl ausrechnen (s. rechte Seite) und auf den Boden der Verpackung schreiben.

**DURCHFÜHRUNG**

**Einstieg:** SuS schätzen die Zuckermenge von einem Fruchtojoghurt, indem sie die Anzahl an Zuckerwürfeln neben den Joghurt legen.

**Erarbeitung:** Kleingruppen à 4 SuS bilden. Jedes Kind wählt eine Leerverpackung. SuS schätzen zunächst gemeinsam die Zuckerwürfelzahl. Dann überprüfen sie ihr Ergebnis und bauen die Zuckerwürfel neben der Verpackung auf. Die Gruppe trägt Schätzungen und Ergebnis in die Tabelle des Arbeitsblattes ein.

Es folgt ein Museumsgang: Die Gruppen besuchen sich gegenseitig und erfahren den Zuckergehalt anderer Milchprodukte. Nun bearbeiten sie Aufgabe 2, indem sie die Produkte bei der passenden Anzahl Zuckerwürfel aufschreiben.

**Auswertung und Reflexion:** Was habt ihr herausgefunden? Was hat dich überrascht? Welche Milchprodukte sind sehr süß, welche süß und welche weniger süß? Was isst du oft und wie viel? Gemeinsam sortieren die SuS die Milchprodukte nach dem Zuckergehalt. Die zuckerreichen Milchprodukte werden als Süßigkeiten entlarvt und in die Spitze der Ernährungspyramide einsortiert.

**Weiterführung:** SuS sammeln Ideen, wie sie selbst die Zuckermengen reduzieren können, z. B.: fertigen Fruchtojoghurt mit Naturjoghurt mischen; Milchspeisen selbst herstellen mit viel Frucht und wenig Zucker; Fruchtojoghurt mit Wasser verdünnen wie beim Lassi; weniger Kakao in die Milch rühren.

**REZEPTVORSCHLAG** Fruchtiger Joghurt. Beim Zuckern immer die eigene Süßschwelle ausloten.

**SPRACHFÖRDERUNG** Wort-Bildkarten: der Zucker, der Zuckerwürfel, süß, der Becher, die Verpackung

**FÜR FORSCHER** Wie heißt der Zucker, der von Natur aus in der Milch ist?

**IDEENBÖRSE**

**Differenzierung:** SuS berechnen die Zuckerwürfelanzahl aus der Nährwertangabe auf der Verpackung.

**Ausstellung:** Wie süß sind Milchprodukte? Die Böden der leeren Milchverpackungen aufschneiden. SuS legen die Zuckerwürfel unter die Becher. Andere Klassen zur Ausstellung einladen oder als Idee für Modul 12 nutzen.

**Alternative:** SuS sortieren leere Milchverpackungen den Zuckerwürfeln zu.

**Erweiterung:** Zucker hat viele Namen. Welche Namen auf dem Joghurtetikett weisen auf Zucker hin?

**Weiterführung:** Welche Produkte hinterlassen welchen Müll? Wie sieht es mit den Miniportionen für Kinder aus? Wie könnte man die Müllmengen verringern? (Großpackungen statt Miniportionen, weniger Plastikdeckel, Plastikdreingaben ...)

## Milchprodukt oder Süßigkeit?

Süße Milchprodukte wie Fruchtojoghurt, Pudding-Dessert, Obstquark und Milch-Mischgetränke sind bei Kindern sehr beliebt. Sie enthalten 9% bis 18% Zucker. Pro Becher bzw. Glas ergibt das 5 bis 7 Zuckerkwürfel. Selbst gemachte Süßspeisen kommen mit deutlich weniger oder ohne Zucker aus!

Daneben erwecken Kindermilchsnacks den Eindruck, sie seien gute Milchmahlzeiten. Aber: Um 200 ml Milch über diese Produkte aufzunehmen, muss man je nach Produkt etwa 20 Stück davon essen. Je nach Kindermilchsnack enthalten 20 Stück dann 75 Würfelzucker und 160 Gramm Fett! Oder anders ausgedrückt: In dem Kindersnack steckt 1 Fingerhut voll Milch, aber viel Zucker. Daher sind diese süßen Milchprodukte Süßigkeiten und keine Milchportion in der Ernährungspyramide.

## So viel Zucker ist drin

Auf der Verpackung sind verschiedene Zuckerarten angegeben: z. B. Milchzucker (Laktose), Traubenzucker (Dextrose), Fruchtzucker (Fructose) und Kristallzucker (Saccharose). Milchzucker steckt von Natur aus in der Milch. In 100 ml Milch sind rund 4,8 g Laktose. Kinder wird es verblüffen, dass sie diesen Zucker nicht schmecken. Dafür merken sie, dass Milch Energie liefert (s. Modul 2, Station 4). Süßen Milchprodukten wird Zucker zugesetzt, oft sehr viel – zu viel!

**So errechnet man aus der Zuckeringabe die Zuckerkwürfelzahl:**  
Sind im Fruchtojoghurt 12,5 g Zucker pro 100 g, sind im 150 g Becher 18,75 g Zucker.  
1 Zuckerkwürfel entspricht 3 g, d. h. im Becher sind rund 6 Zuckerkwürfel.

**Auf Zuckerjagd** Name \_\_\_\_\_

1 Fülle die Tabelle aus.

Milchprodukt	Schätze: Wie viele Zuckerkwürfel	Zähle nach: Wie viele Zuckerkwürfel wirklich?
		
		
		

**Fruchtiger Joghurt** Name \_\_\_\_\_

Ihr braucht für 4 Portionen:

Obst der Jahreszeit  
Apfel 250g  
Banane 250g

-   
Wasche das Obst.
-   
Entferne die nicht essbaren Teile. Schneide das Obst in kleine Stücke.
-   
Gib den Joghurt in die Schüssel. Rühre ihn glatt.
-   
Gib das Obst dazu. Vermische alles.

Tipp: Mit Haferlocken und Nüssen wird aus dem Fruchtojoghurt schnell ein Fitmacher-Müsl.

### M27: Auf Zuckerjagd

### M31: Fruchtiger Joghurt

Jedes Kind hat seinen eigenen Süßgeschmack. Ein Joghurt mit süßen Beeren ist oft schon süß genug. Lassen Sie die SuS immer erst probieren (mit der Chefkochprobe). Wenn es dem Kind noch nicht schmeckt, darf es sparsam zuckern, erneut kosten. So erfahren sie feine Unterschiede.



Foto: M. Ebersoll, BLE

### Wir machen eine Ausstellung

Die Böden aus den leeren Milchverpackungen schneiden. SuS legen die Zuckerkwürfel unter die Becher, sodass die Ausstellungsbesucher die Würfel nicht sehen können.

Aufgabe: Wie viele Zuckerkwürfel stecken in den Produkten? Schätze. Schau dann unter die Verpackung und zähle die Zuckerkwürfel.


**Tipp:** Diese Ausstellung macht neugierig und ist auch auf Schulfesten ein Hingucker.

### Wort-Bildkarten



**FORSCHERAUFTRAG**

Wie heißt der Zucker, der von Natur aus in der Milch ist?



**BZfE**  
Bundzentrale für Ernährung und Lebensmittel

### Forscherauftrag



# Dem Schokodrink auf der Spur



Schokoladig, schokoladiger, am schokoladigsten: Welches Kakaogetränk wurde mit Kakaopulver gekocht und welches mit fertigem Instant-Kakaopulver gerührt? Weil viele Kinder wenig über Kakao wissen und die Kakaovarianten nicht unterscheiden können, finden sie die Besonderheiten in diesem Modul heraus. Was lernen sie daraus für ihren Alltag?



Fotos: M. Ebersoll, BLE

## INTENTION

Unterschiede zwischen Kakaopulver und Instantpulver wahrnehmen.  
Zuckergehalt von Schokodrinks bewerten und Alternativen erarbeiten.

## MATERIAL

- Schulkakao, 1 Liter „echter“ Kakao und 1 Liter Instant-Kakaogetränk
- „Echtes“ Kakaopulver aus fairem Handel
- Instant-Kakaopulver ohne Vanillin und Geschmacksstoffe
- 1 Glas oder Becher pro Kind
- M28: Wie süß und schokoladig schmeckt der Kakao?
- Fotos 27–30: Kakaobilder

## VORBEREITUNG

- 2 verschiedene Kakao-Getränke vorbereiten:
- 1 Liter Milch kochen, 2 EL „echtes“ Kakaopulver und 2 EL Zucker mit wenig Milch anrühren, zugeben, abkühlen lassen und bis zur Verkostung kühl stellen
  - 1 Liter Milch mit Instant-Kakaopulver nach Angabe auf Verpackung zubereiten

## DURCHFÜHRUNG

**Einstiegsfrage:** Was ist Kakao? „Echten“ Kakao und Instantpulver zeigen. Welche Unterschiede erkennt ihr mit den Augen? Hilfen: Zutatenverzeichnisse der Kakaoverpackungen vergleichen, Hinweis auf Zucker.

**Erarbeitung:** SuS dürfen das Kakaopulver kosten; dazu etwas Pulver auf ihre Handrücken streuen. SuS erkennen, dass Kakao von Natur aus nicht süß schmeckt. Instantpulver ist süß, weil es zu etwa 4/5 aus Zucker besteht.

**Input:** Kakao wird aus Kakaobohnen gewonnen ... s. Fotos.

SuS kosten drei unterschiedlich süße Kakaogetränke:

- (1) „Echten“ Kakao mit wenig Zuckerzugabe.
- (2) Schulkakao: Er hat manchmal weniger Zucker als Instantgetränke.
- (3) Instantgetränk: enthält viel Zucker.

Wer ist Feinschmecker und schmeckt Unterschiede?

SuS sortieren in die Kategorien und füllen ihr Arbeitsblatt aus.

**Reflexion und Auswertung:** Wie viel Süße und Schokolade haben die SuS geschmeckt?

SuS sammeln Ideen, wie sie weniger Zucker „trinken“ können: z. B. weniger fertige Schokomilch; weniger Pulver ins Getränk rühren; echten Kakao verwenden und sparsam zuckern; Schulkakao und Milch im Wechsel trinken ...

## REZEPTVORSCHLAG

M36: Mein Schokotraum

## SPRACHFÖRDERUNG

Wort-Bildkarten: der Zucker, die Zuckerwürfel, der Kakao

## FÜR FORSCHER

Wie sieht das Kakaopulver aus, das du für deinen Kakao verwendest?

Suche das Wort Zutaten auf der Verpackung. Schreibe auf, was dahinter steht.

Wie viel Schokopulver gibst du in deinen Kakao? Gib heute 1 Teelöffel weniger in die Milch.

Wie schmeckt dir der Kakao jetzt?

Forsche nach: Wo und wie wächst Kakao?

## IDEENBÖRSE

**SinnExperiment:** Schmecken warmer und kalter Kakao gleich süß?

**Erweiterungen:** Kakaopulver (aus fairem Anbau) mit wenig Zucker selbst mischen. Die Mischung mit Rezept zu Weihnachten verschenken.

## Echter Kakao

Kakao wächst an Bäumen, vor allem in Nigeria, Ghana und der Elfenbeinküste. Die Kakaofrüchte sehen etwa wie Melonen und große Gurken aus und sind außen sehr hart. Die reifen Früchte werden abgeschnitten und direkt geöffnet. Im weichen Fruchtfleisch liegen die Kakaobohnen. Beides wird herausgelöst. Nach mehrtägigem Fermentieren bleiben die Kakaobohnen übrig. Diese werden dann so lange an der Sonne gedreht und gewendet, bis die Kakaobohnen getrocknet sind. Dann werden sie in die Verarbeitungsländer transportiert und dort weiter zu Kakaopulver aufbereitet.

Die meisten Kakaobauern sind so arm, dass ihre Kinder mitarbeiten und Geld verdienen müssen. Das ist sozial ungerecht! Für mehr Gerechtigkeit sorgt der faire Handel, erkennbar an den Siegeln.

**Linktipps:** [www.jugendhandeltfair.de](http://www.jugendhandeltfair.de) und [www.suedwind-institut.de](http://www.suedwind-institut.de). Hier finden Sie Wertschöpfungsketten zu Schokolade, Bananen und Kakao.

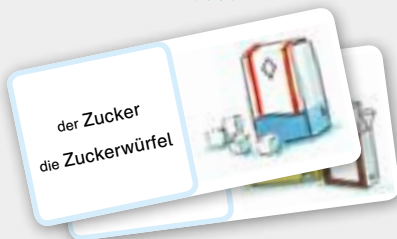
## Kakao und Schokoladenpulver

Kakao enthält von Natur aus keinen Zucker. Er ist nicht süß. Fertiges Instant-Kakaopulver schmeckt hingegen sehr süß. Es ist eine Mischung von Kakaopulver und Zuckerarten. 100 Gramm fertiges Instant-Kakaopulver besteht aus bis zu 76 Gramm Zucker und „nur“ 24 Gramm Kakao. Häufig werden Instant-Kakaopulvern Vitamine, Mineralstoffe, Emulgatoren und Aromastoffe zugesetzt.

Auf der Packung von Instantpulver wird folgende Zubereitung empfohlen: 5 Kaffeelöffel (insgesamt 25 g Instantpulver) in 250 ml (fettarme) Milch. Bei 20 % Kakaopulveranteil sind das nur 5 g Kakaopulver und 20 g Zucker(arten), also 4 Kaffeelöffel Zucker und 1 Kaffeelöffel Kakaopulver.

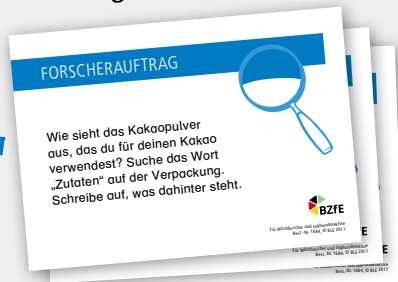
## Schulkakao ist oft weniger gezuckert

Viele Kinder trinken lieber Schulkakao als Schulmilch. Das EU-Programm sieht daher auch Milchmischprodukte vor. Da einige Molkereien die Zuckermenge im Schulkakao reduziert haben, ist er weniger süß als herkömmliche Schokoladendrinks. Sofern Kinder nicht für Milch pur zu begeistern sind, dann ist der Schulkakao durchaus eine geschmackliche Abwechslung. Die übrigen zwei Milchportionen am Tag sollten dann möglichst nicht süß sein.



### Wort-Bildkarten

### Forscheraufträge



### M28/D10: Wie süß und schokoladig schmeckt der Kakao?

Zusatzaufgabe als Forscherauftrag an SuS vergeben oder in eine Supermarkterkundung einbinden.

**Wie süß und schokoladig schmeckt der Kakao?** Name \_\_\_\_\_

1. Koste nacheinander die drei Proben: Wie süß sind sie?  
Ergänze die Zahlen der Proben:  
Probe \_\_\_\_\_ ist ein bisschen süß.  
Probe \_\_\_\_\_ schmeckt süß.  
Probe \_\_\_\_\_ ist am süßesten.

2. Wie schokoladig schmecken die Proben? Mache die Kakaobohnen aus:  
= wenig schokoladig  
= schokoladig  
= besonders schokoladig

3. Wie kannst du in deinem Kakao Zucker sparen? Mache zwei Vorschläge.

Zusatzauftrag:  
Woran erinnern dich diese Zeichen?  
Wo hast du sie schon mal gesehen?  
Was bedeuten sie?

Auf welchen Lebensmitteln findest du diese Zeichen? Schau zu Hause oder im Geschäft nach.

**Mein Schokotraum**

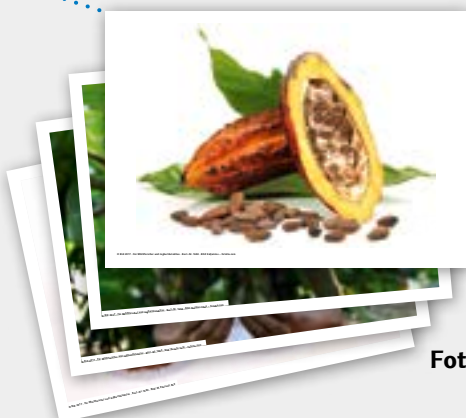
Zutaten für 2 Tassen:  
▶ 300 ml Milch (1,5 %)  
▶ 1 TL „echtes“ Kakaopulver  
▶ 1 TL Zucker

Arbeitsgeräte:  
▶ kleine Tasse  
▶ Topf und Herdplatte  
▶ Mixbecher  
▶ Teelöffel  
▶ Schneebesen  
▶ 2 Tassen oder Gläser

So geht's:  
1. Rühre das Kakaopulver und den Zucker mit wenig kalter Milch an.  
2. Erhitze die restliche Milch langsam im Topf. Nicht kochen lassen.  
3. Gieße die Hälfte der heißen Milch in einen Mixbecher.  
4. Rühre in die restliche Milch im Topf den Kakao ein. Verteile ihn anschließend auf zwei Tassen.  
5. Schlag die Milch im Mixbecher mit einem Schneebesen schaumig.  
6. Gib den Milchschaum auf den Kakao und bestäube ihn mit Kakaopulver.

Tipps:  
▶ Milchschaumer benutzen. Das ergibt einen besonders schönen Schaum.  
▶ Schablonen für den Milchschaum basteln, z. B. Herz, Stern, Smiley ...  
Dazu Papieruntersetzer 1-mal falten und Muster schneiden.

M36: Mein Schokotraum



Fotos 27–30: Kakaobilder

# Auf Milchkurs



Wie können die Kinder ihre Mitschüler motivieren, mehr Milch in der Schule zu trinken und in der Mensa öfter Joghurt und Käse zu essen? Dazu schaut sich die Klasse zunächst beliebte Verpackungen an und entwickelt daraus eigene Ideen für die Schulmilch. Die Kinder machen noch mehr: Durch Aktionen „locken“ sie die Mitschüler und verleiten sie dazu, öfter zuzugreifen.



Fotos: M. Ebersoll, BLE

**INTENTION** Strategien der Lebensmittelwerbung durchschauen und auf (Schul-)Milch kreativ anwenden.

- MATERIAL**
- leere Milch- und Milchproduktverpackungen, v. a. Kindermilchprodukte
  - ggf. gesüßte und ungesüßte Milchprodukte aus dem Schulprogramm
  - Fotos 31–32: Bunte und „blasse“ Produkte
  - M29: Wir machen Werbung

**DURCHFÜHRUNG** **Einstieg:** Welche Werbesprüche und Werbesongs fallen euch für Milchprodukte ein? Welches Produkt ist gemeint? Was erkennt ihr?

**Erarbeitung:** Jeder Hersteller will seine Produkte verkaufen. Das macht er geschickt, aber wie? Im Sitzkreis spüren die SuS die Strategien auf, indem sie einen „blassen“ Naturjoghurt mit einem bunten Kindermilchprodukt vergleichen. Frage an SuS: Was würdest du wählen? Warum? SuS sammeln passende Adjektive, die notiert und zu den Produkten gelegt werden. Schnell wird deutlich, was das Kinderprodukt so attraktiv macht.

Nun entwickeln SuS Ideen für ihre Milch in der Schule, z. B. bunte Etiketten, lustige Namen, verlockende Adjektive, attraktive Zugaben. SuS überlegen auch, wie sie die Milch, Schüttel-Shake, Lassi auffällig und ansprechend in der Schule präsentieren können: z. B. mit bunten Servietten, in Greifhöhe, an Plätzen, wo jeder vorbeikommt (auf Kühlung achten).

SuS gestalten Milchetiketten oder Plakate und versuchen weitere Anstupsideen umzusetzen.

**Auswertung:** Welche Ideen kamen gut an?

**REZEPTVORSCHLAG** Roter Lassi

**SPRACHFÖRDERUNG** Wort-Bildkarten: die Werbung, der Supermarkt, die Verpackung; auf Schulmilchpackung oder Plakaten „Milch“ in verschiedenen Sprachen schreiben.

**FÜR FORSCHER** Beobachte genau: Wo findest du die süßen Milchprodukte in der Schule oder am Schulkiosk? Wie würdest du Milch und selbst hergestellte Milchsmoothies anbieten, damit mehr Kinder zugreifen? Mache drei Vorschläge. Was gefällt dir an deinem Milchprodukt? Wie könntest du die Schulmilch interessanter machen?

**IDEENBÖRSE** **Differenzierung:** SuS vergleichen die Produkte (s. o.) und bearbeiten dabei M29 „Wir machen Werbung“.

**Fächerübergreifend** (Deutsch und Kunst): Namen für Lassi erfinden, z. B. Zauber-, Dino-, Heldenmilch. Milchverpackungen und Werbeposter gestalten. Übersetzer, Strohalmfiguren basteln. Bastelvorlagen zum kostenfreien Download unter [www.milch-nrw.de](http://www.milch-nrw.de)

**Schnelle Variante:** Auf ein Kinderplakat leere Schulmilchpäckchen kleben. Das Plakat braucht nicht zu Milch passen, soll aber positive Gefühle wecken, die die SuS dann automatisch mit Milch verknüpfen. So macht es auch die Werbung.

**Erkundung:** Gemeinsam in einen Supermarkt gehen und erkunden, wie die Geschäfte den Verkauf ihrer Milchprodukte fördern, z. B. durch Platzierung, Sonderangebote, Give-Aways, Produktgestaltung.

**Videoclips:** Werbeclips vieler Hersteller gibt es online, z. B. bei YouTube. Damit einsteigen und mit den SuS die Werbestrategien aufspüren. Rechtliche Hinweise zum Video-Einsatz unter: [www.lehrerfortbildung-bw.de](http://www.lehrerfortbildung-bw.de) > Suche: Videos aus dem Internet



## Nudging – „einfach Stupsen“

Nudging ist ein Ansatz zum Beispiel in der Gemeinschaftsverpflegung und wird mit „Anstupsen“ übersetzt. Die erwünschten Produkte werden zum Zugreifen verführerisch gestaltet und leicht zugänglich platziert. Es geht darum, Essensgästen die Entscheidung für „gesündere“ Speisen zu erleichtern, und zwar ohne Zwang und Verbote. Die Gäste wählen weiterhin frei, lediglich ihre Aufmerksamkeit wird geschickt auf das „Gesunde“ gelenkt.

Nudging lässt sich auf alle Lebensmittel anwenden, auch auf die Schulmilch und die Milchprodukte, die hier Thema sind.

Beliebte Maßnahmen:

- Alles, was fit macht, ist mit einer schönen Farbe markiert.
- Auf dem Speiseplan und an der Infowand wird das „Gesunde“ bevorzugt und ansprechend platziert.
- Das Produkt ist besonders gut erreichbar.
- Das Produkt gibt es in bunten, besonders geformten Bechern.
- Das Produkt gibt es an mehreren Stellen.
- Bunte Plakate wecken die Aufmerksamkeit.
- Werbeaussagen wie „Milch macht Muckis!“ verlocken zum Zugreifen.



Fotos 31–32:  
Bunte und „blasse“  
Produkte

**Werbung: Wir vergleichen Milchprodukte**

**Wir machen Werbung**

Name \_\_\_\_\_

1. Vergleiche zwei Produkte und fülle die Tabelle aus.

Welche Produkte hast du?	Gefällt mir super.	Ist in Ordnung.	Gefällt mir nicht.
Der Name ist lustig.	○ ○	○ ○	○ ○
Die Verpackung ist schön bunt.	○ ○	○ ○	○ ○
Es gibt spannende oder lustige Bilder auf der Verpackung.	○ ○	○ ○	○ ○
Die Verpackung ist anders geformt als üblich, z. B. eckig.	○ ○	○ ○	○ ○
Es gibt etwas dazu, z. B. Sticker, Spielzeug, Spielcode fürs Internet ...	○ ○	○ ○	○ ○

2. Welches Produkt würdest du auswählen? Warum?

3. Suche dir eine Partnerin/einen Partner und überlegt gemeinsam: Wie könnt ihr Milch und Joghurt in eurer Schule beliebter machen? Schreibt auf ein Extrablatt.

4. Sammelt eure Ideen in der Klasse. Einigt euch auf drei Ideen, die ihr umsetzen möchtet.

**Unsere Zauber-milch Gewinn-spiel**

Nur heute! Probier mal!

Milch macht munter!

Nur heute! Probier mal!

Den Partner und überlegt gemeinsam: Joghurt in eurer Schule beliebter machen?

Klasse. Einigt euch auf drei Ideen, die ihr umsetzen möchtet.

D12 zu Modul 12

M29/D11/D12:  
Wir machen Werbung

Wort-Bildkarten



Forscheraufträge



## M35: Roter Lassi

**Roter Lassi**

**Zutaten für 4 Portionen:**

- ▶ 500 g Erdbeeren oder anderes weiches Obst der Saison
- ▶ 500 g Joghurt (1,5 %)
- ▶ 300 ml kaltes Wasser

**Arbeitsgeräte:**

- ▶ Abtropfsieb und Schüssel
- ▶ Abfallschüssel
- ▶ Schneidbrett
- ▶ Messer
- ▶ Löffel
- ▶ hohe Rührschüssel
- ▶ Pürierstab oder Standmixer
- ▶ 4 Gläser

**So geht's:**

1. Wasche die Erdbeeren, lasse sie im Sieb abtropfen und entferne das Grün.
2. Gib die Erdbeeren und den Joghurt in die Rührschüssel. Alles gut durchmischen.
3. Schütte das kalte Wasser in die Joghurtmischung.
4. Nochmal alles gut mixen. Verteile den Lassi auf die Gläser.

**Tipps:**

- ▶ Das Glas mit einer Erdbeere oder Minze verzieren.
- ▶ Im Sommer 2 bis 3 Eiswürfel in den Lassi geben.
- ▶ Wasser durch Mineralwasser mit Kohlensäure ersetzen.
- ▶ 500 ml Buttermilch statt Joghurt und Wasser verwenden.

# Milchrezepte – einfach und vielseitig



Welche Rezepte haben die Kinder in der Schule zubereitet? Welche möchten sie probieren? In diesem Modul sind alle Rezepte gesammelt, die schon in den vorherigen Modulen vorgeschlagen wurden. Jedes Rezept enthält die Zutaten Milch(-produkt) und Gemüse oder Obst. Wenn Sie am EU-Schulprogramm teilnehmen, liegt es nahe, diese dafür zu verwenden und die Rezepte entsprechend zu variieren. Egal welches Rezept Sie auswählen – Hygiene gehört beim Zubereiten immer dazu.

▲▲ Foto: ktaylorjorg – iStock.com, ▲ Foto: Ally – Fotolia.com

**INTENTION** Milchspeisen zubereiten, probieren und gemeinsames Essen erleben.

- MATERIAL**
- M30: Schüttel-Shake
  - M31: Fruchtiger Joghurt
  - M32: Konfettiquark der Jahreszeit
  - M33: Butter selber machen
  - M34: Milchsmoothie
  - M35: Roter Lassi
  - M36 Mein Schokotraum
  - M37: Ayrans
  - M38: Grünes Piratenbrot
  - M39: Power-Türmchen
  - pro Gruppe: Lebensmittel und Arbeitsgeräte nach ausgewähltem Rezept
  - M40: Mein Rezept (Blankovorlage)
  - M41: Das wollen wir zubereiten (Blankovorlage)

**VORBEREITUNG** Rezept mit den Kindern auswählen.  
Lebensmittel und Arbeitsgeräte besorgen oder Blanko-Mitbringauftrag M41 nutzen.

**DURCHFÜHRUNG** **Einstieg:** Vorerfahrungen der SuS abfragen: Wer von euch hat schon einmal – ausgewähltes Rezept nennen – probiert? Wo? Wer hat es schon einmal selbst gemacht? Wie hat es euch geschmeckt?

**Zubereitung:** Zuerst das Rezept gemeinsam lesen und sichere Schnitttechniken demonstrieren (s. Foto 14). Anschließend bereiten die SuS in Kleingruppen das Rezept nach Anleitung zu. SuS richten ihren Essplatz ein, nehmen ggf. ihr Pausenfrühstück hinzu und essen gemeinsam.

**Auswertung und Reflexion:** SuS stellen Überlegungen an, wann sie das Rezept zu Hause ausprobieren können und berichten über ihre Geschmacksempfindungen.

**SPRACHFÖRDERUNG** Wort-Bildkarten: das Rezept, die Küche, das Messer, der Teelöffel, der Esslöffel, das Schneidebrett, die Rührschüssel, die Abfallschüssel, die Tasse, das Glas, der Schneebesen, rühren, schneiden, dazugeben, auspressen

**FÜR FORSCHER** Suche Rezepte mit Milch. Welches möchtest du zubereiten?

**IDEENBÖRSE** **Elternarbeit:** Eltern als Helfer einladen.

**Fächerübergreifend** (Kunst und Mathematik): Tischsets für das Klassenfrühstück gestalten; Mengenangaben im Rezept umrechnen.

**Differenzierungen:** Reines Bildrezept erstellen oder die Texte kürzen oder löschen.

## Süß und herzhaft

Manche Rezepte sind schnell im Klassenzimmer zubereitet und dort willkommene Kostproben. Andere brauchen mehr Zeit. Fast alle Speisen (Ausnahme M36: Mein Schokotraum) werden „kalt“ zubereitet und lassen sich vielfältig variieren. Wer in der Schulküche arbeitet, hat noch mehr Möglichkeiten: Rezeptideen für überbackene, pikante Schnitten oder eine schnelle Gemüsepizza finden Sie als kostenfreien Download beim Kasimirhörspiel:

[www.ble-medienservice.de](http://www.ble-medienservice.de) > Suche: 3490 > Arbeitsblätter.

Lassen Sie die Kinder viel ausprobieren, selber machen und schmecken. Die Rezepte sind Vorschläge, die Sie entsprechend des saisonalen Angebots an Gemüse und Obst und den gelieferten Produkten aus dem EU-Schulprogramm kreativ variieren können. Sie beginnen mit dem Impuls „Hände waschen“ und enden mit „Aufräumen“.

Hinweis: Keine frische Kiwi, Ananas oder Papaya für die Milchspeisen verwenden. Sie enthalten Enzyme, die Milchproteine spalten. Die Speise schmeckt bitter.

## Hygiene ist beim Zubereiten ein Muss

- Vor jeder Arbeit mit Lebensmitteln gründlich die Hände waschen.
- Sauber arbeiten an einem sauberen Arbeitsplatz.
- Bei Milchprodukten auf eine ausreichende Kühlung achten. Wenn die SuS die Milchprodukte mitbringen, müssen diese zu Schulbeginn eingesammelt und kühl gestellt werden.
- Ungewaschenes Obst und Gemüse von gewaschenem Obst und Gemüse trennen, damit z. B. Schmutz nicht auf das gewaschene Lebensmittel übergeht.
- Mit allen Lebensmitteln und Zutaten sorgsam umgehen. Reste verwerten.
- Milchprodukte, Rezepte und Gewohnheiten aller Kinder einbeziehen und Vielfalt nutzen.
- Die Kinder am Aufräumen beteiligen.



Videoclips zum hygienischen Arbeiten und sicheren Schneiden im Klassenzimmer finden Sie unter:

[www.bzfe.de](http://www.bzfe.de) > Suche: Ernährungsführerschein > Suche: Aus der Praxis für die Praxis



Foto 14:  
Der Krallengriff



Wort-Bildkarten

Mein Rezept	Arbeitsgeräte:
Zutaten:	
_____	
_____	
So geht's:	_____
_____	_____
_____	_____

**Das wollen wir zubereiten:**

Für mich selbst bringe ich mit:	Für meine Gruppe bringe ich mit:
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

© BZfE 2017 | Foto: Michael von Oppermann, Seite 9, 10/14

M40: Mein Rezept (Blankovorlage)

M41: Das wollen wir zubereiten (Blankovorlage)

**FORSCHERAUFTRAG**

Suche Rezepte mit Milch.  
Welches möchtest du zubereiten?

Forscherauftrag



# Unsere Milch-Kostbar



„Das haben alles wir geschafft!“ Die SuS präsentieren ihre Ergebnisse aus dem Milchprojekt bei einem kleinen Fest. Je nach Umfang sind für die Planung und die Feier mehrere Termine nötig.



▲▲ Foto: I. Brüggemann, ▲ Foto: simoneminh - Fotolia.com

**INTENTION** Ein Fest planen.  
Milchspeisen zubereiten und die Projektergebnisse ausstellen.

- MATERIAL**
- M30–39: Rezepte
  - pro Gruppe: Lebensmittel und Arbeitsgeräte nach ausgewähltem Rezept
  - M41: Das wollen wir zubereiten (Blankovorlage)

**VORBEREITUNG** Rezept mit den Kindern auswählen und Lebensmittel und Arbeitsgeräte besorgen oder Blanko-Mitbringauftrag M41 nutzen.

**DURCHFÜHRUNG** **Einstieg:** „Unsere Milch-Kostbar“ an die Tafel schreiben und die SuS fragen: Was fällt euch dazu ein? „Kostbar“ weist auf Kosten = Probieren hin, aber auch, dass Milch etwas Kostbares = Wertvolles ist.

**Planung:** Aus den Antworten der SuS ergeben sich Planungsschritte:

Wer kommt zum Fest (Parallelklasse oder Eltern)?

Wer erstellt die Einladungen?

Wann und wo wird gefeiert?

Was soll es zu Essen und zu Trinken geben? Rezeptausswahl und Mitbringlisten.

Werden Helfer gebraucht?

Welches Programm wird geboten, z. B. von SuS erstelltes Milchquiz, Rundgang durch die Projektausstellung, ein SinnExperiment passend zur Kostbar.

**Durchführung:** Das Fest lässt sich in kleinem Rahmen in der Klasse durchführen oder mit Gästen, z. B. der Parallelklasse oder Eltern. Am besten auf bekannte Rezepte zurückgreifen, sowohl süß als auch herzhaft. Mit wenig Aufwand lässt sich eine Milchshake-Bar einrichten.

**Auswertung und Reflexion:** SuS überlegen gemeinsam: Was hat gut geklappt? Was lässt sich noch verbessern? Was möchten sie zu Hause zubereiten, z. B. als Überraschung für die Familie?

**SPRACHFÖRDERUNG** Wort-Bildkarten: das Fest, feiern, die Idee

**FÜR FORSCHER** Welche Feste feiert ihr im Jahresverlauf? Welche Milchrezepte passen wozu?

Plane eine Überraschung oder ein Geschenk für deine Eltern: Welches Milchrezept möchtest du zubereiten?

**IDEENBÖRSE** **Helfer:** Kollegen, pädagogisches Personal aus der Nachmittagsbetreuung oder (Groß-)Eltern als Helfer einplanen.

**Fächerübergreifend** (Kunst und Musik): Dekoration für die Feier gestalten, einen musikalischen Beitrag (Rap oder Pyramidenlied) für das Fest einstudieren.


### Butter selber machen

Name \_\_\_\_\_

Ihr braucht:




- 

1. Gib die Sahne ins Glas. Schraube es fest zu.
- 

2. Schüttele kräftig bis sich Klümpchen bilden. (10 min)
- 

3. Gieße alles ins Sieb und warte. (5 min)
- 

4. Gib die Butter auf einen Teller. Stelle sie kühl.
- 

5. Bestreiche ein Vollkornbrot dünn mit der Butter. Schneide Kräuter darüber.

Wie schmeckt das Brot, wie die Buttermilch?



© BZfE 2017 für Milchrezepte und Infografiken - BZfE 11/18/4

### M33/D13: Butter selber machen

#### Tipps für Lehrende


- Videoclip zur Butterherstellung erspart Ihnen lange Erklärungen: [www.youtube.de](http://www.youtube.de), Suche: SchulmilchNRW + Butter selbst herstellen.
- In die Sahne klein geschnittene Kräuter geben und dann zu Kräuterbutter schütteln. Die Kräuter gut trocknen.
- Die Buttermilch mit pürierten Früchten zum Drink verarbeiten.
- Die Hälfte der Klasse schüttelt die Butter, die andere Hälfte rührt die Butter in einer Rührschüssel mit dem Handrührgerät.

#### Was passiert?

In Sahne sind die Fettkügelchen mit einer dünnen Eiweißhülle umgeben und fein im Wasser verteilt. Sahne ist also eine Öl-in-Wasser Emulsion. Durch das Schütteln platzt die Hülle, und die Fettteilchen lagern sich zusammen. Zuerst entsteht steife Schlagsahne. Beim Schütteln wird Luft zwischen den Fettteilchen eingeschlossen. Wird weitergeschüttelt, entweicht die Luft wieder. Die Fettteilchen lagern sich dichter zusammen. Es entsteht Butter. Jetzt ist das Wasser fein verteilt im Fett. Der Fettanteil überwiegt, weil sich der wässrige Anteil abgetrennt hat: Butter ist eine Wasser-in-Öl Emulsion.

### M30-39: Rezepte

Die halbseitigen Rezepte sind vor allem für ältere SuS.

Hier sollte ein Erwachsener dabei sein. 

### Wort-Bildkarten


das Fest



### Forscheraufträge

**FORSCHERAUFTRAG**

Welche Feste feiert ihr im Jahresverlauf?  
Welche Milchrezepte passen wozu?



**BZfE**

Für Milchrezepte und Infografiken - BZfE 11/18/4  
© BZfE 2017 für Milchrezepte und Infografiken - BZfE 11/18/4

### M41: Das wollen wir zubereiten (Blankovorlage)

**Schüttel-Shake** Name \_\_\_\_\_ Ihr braucht für 2 Portionen:

**Fruchtiger Joghurt** Name \_\_\_\_\_ Ihr braucht für 4 Portionen:

**Konfettiquark der Jahreszeit** Name \_\_\_\_\_ Ihr braucht für 4 Portionen:

**Das wollen wir zubereiten:**

**Milchsmoothie** Für \_\_\_\_\_

**Roter Lassi**

**Mein Schokotraum**

**Ayran**

**Grünes Piratenbrot**

**Power-Türmchen**

Zutaten (für 4 bis 6 Türmchen):

- ▶ 2 Scheiben Vollkornbrot
- ▶ 60 g Feta oder Schnittkäse
- ▶ 100-150 g Gemüse der Jahreszeit, z. B. Paprika, Tomaten, Gurken ...
- ▶ 4 bis 6 Blätter Basilikum

Arbeitsgeräte:

- ▶ Abtropfsieb und Schüssel
- ▶ Abfallschüssel
- ▶ Schneidebrett
- ▶ Messer
- ▶ Sparschäler
- ▶ Spieße
- ▶ Teller oder Platte

So geht's:

1. Wasche und putze das Gemüse. Wenn nötig, schäle es.
2. Wasche den Basilikum. Vorsichtig trocken schütteln.
3. Schneide das Brot, den Käse und das Gemüse in gleich große, mundgerechte Stücke.
4. Stecke nun abwechselnd Brot, Käse, Gemüse und das Basilikumblatt auf die Spieße.

© BZfE 2017 für Milchrezepte und Infografiken - BZfE 11/18/4

# Das kann ich jetzt!

Wie gewohnt endet auch dieses Projekt mit dem gemeinsamen Rückblick auf die Unterrichtsreihe, die Inhalte, die persönliche Einschätzung des Lernzuwachses und Wünsche für weiterführendes Lernen. In diesem Modul wird die Reflexion explizit mit Wortschatz- und Sprachübungen und Sprachspielen kombiniert. Sie ergeben sich aus den in den Modulen eingeführten Wort-Bildkarten.



▲▲ Foto: Christopher Fuchter – istock.com, ▲ Foto: lev dolgachov – Fotolia.com

**INTENTION** Den eigenen Lernzuwachs reflektieren und die „Milchwörter“ anwenden.

- MATERIAL**
- Korb mit Milchverpackungen (Modul 1)
  - Lernplakat „Unsere Milchwörter“ (Modul 1)
  - Wort-Bildkarten
  - D14: Was ist das?
  - D15: Mein Wortschatz
  - Forschermappe

**DURCHFÜHRUNG** **Einstieg in die Abschlussreflexion:** Im Innenkreis steht der Korb mit den Milchverpackungen. Drumherum liegen die Wort-Bildkarten.

Jedes Kind nimmt eine Wort-Bildkarte, die ihm besonders in Erinnerung geblieben ist. Es formuliert in einer kurzen Blitzlichtrunde einen Satz und legt die Karte auf einen Stapel.

**Reflexion:** Zum Abschluss des Projekts blicken die SuS noch einmal auf ihre Forscherreise. Sie machen sich bewusst, was sie alles erfahren, entdeckt und gelernt haben.

Folgende Fragestellungen bieten sich dafür an:

- Kannst du drei Dinge benennen, die du neu erfahren hast?
- Was hat dir gut gefallen?
- Was hat dir nicht gefallen?
- Was willst du noch üben/lernen?
- Wie sieht dein Frühstück jetzt aus?
- Worauf willst du in Zukunft achten?

Bezug nehmen auf die Fragen, die die SuS ggf. bei Modul 1 formuliert haben:  
Sind deine Fragen jetzt beantwortet?

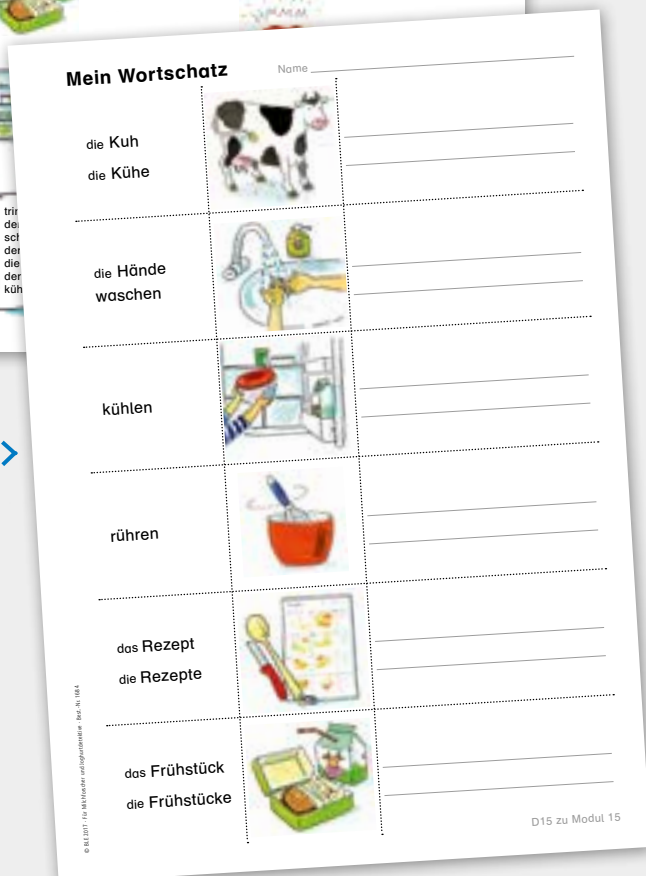
**SPRACHFÖRDERUNG** Sprachspiele zur Wiederholung und Festigung des Wortschatzes.  
Memospiel erstellen.



## Spielerisch die Sprache fördern und deutsch lernen

Durch die vielen, gesammelten Milchwörter hat die Klasse einen Basiswortschatz zu Milch aufgebaut. Mit den Wort-Bildkarten sind viele Sprachübungen und Sprachspiele möglich. Beziehen Sie verschiedene Sprachen ein. Was heißt Milch in Englisch, Türkisch oder Russisch? Wie spricht man das Wort aus?

Mithilfe der Wort-Bildkarten und der Vorlagen im Download können Sie dem Wortschatz und Sprachstand Ihrer SuS entsprechend selbst Arbeitshilfen und Spiele erstellen. Differenzieren Sie durch Auswahl und Anzahl der Kartenpaare und/oder ergänzen Sie die Plural- oder Singularformen der Lebensmittel.



### Varianten für den Einsatz und Ideen für Arbeitsblätter:


- Arbeitstandems bilden: Ein Kind nennt das Schlüsselwort, das andere Kind bildet daraus einen Satz.
- Nur Bilder zeigen und die Kinder schreiben die Begriffe daneben.
- Arbeitsblatt so gestalten, dass Kinder Wort mit Bild verbinden müssen.

**Vorlagen für Spiele**, die Sie aus den Wort-Bildkarten selbst erstellen können. Der Charme der Spiele liegt darin, dass die Kinder mit- und voneinander lernen.

- Memospiele: Dazu Wort und Bild auseinanderschneiden: Beim Aufdecken der Bilder auch das Wort nennen.
- Ratespiel: Verben und Gefühle pantomimisch darstellen.
- Ruder-Wettbewerb zwischen zwei Gruppen: Die SuS sitzen in zwei Reihen. Lehrkraft hält eine Bildkarte hoch/projiziert sie an die Wand/Whiteboard: Im Wechsel nennt jeweils das erste Kind in der Reihe das dazugehörige Wort und setzt sich dann nach hinten.
- Lese-Lückentext: SuS bilden Sprachandems und lesen gemeinsam den Text. Ergänzt bzw. geschrieben wird das Wort in Deutsch und in einer anderen Sprache.

### Vorschläge für Sprachübungen:

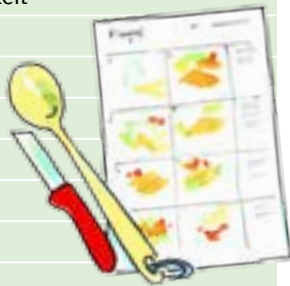
- Nomen nach Geschlecht ordnen, z. B. mit Farbpunkten kennzeichnen.
- Sortieren in Nomen, Verben und Adjektive.
- Nach Themen entsprechend der Module sortieren, z. B.: Was gehört zum Schmecken? Was gehört zu den Rezepten? Was zum Kühlschrank?
- Einzelne Milchwörter übersetzen, z. B. Milch, Kuh ... alle Kinder sprechen die Fremdwörter nach.
- Sätze bilden, z. B.: Ich rühre mit dem Schneebesen.
- Zusammengesetzte Wörter bilden.
- Wörter in Sprechsilben zerlegen: dabei gemeinsam sprechen und klatschen.

**D14/D15:** Vorlagen zur Festigung des Wortschatzes 

# DIE ARBEITSUNTERLAGEN

## Materialien in gedruckter Form

M01	Elternbrief in deutsch und türkisch
M02	Station 1: Hände waschen
M03	Station 2: Was fühlst du?
M04	Station 3: Was ist das? Schaut genau!
M05	Station 4: Milch macht munter!
M06	Station 4: Satzpuzzle
M07	Station 5: So eine Vielfalt!
M08	Station 6: Selber machen!
M09	Station 7: Die Chefkochprobe mit Lösung
M10	Station 8: Der Eiweißdetektiv mit Lösung
M11	Station 9: Was heißt homogenisieren? Mit Lösung
M12	Laufzettel: Milchexperten gesucht
M13	Milchexperten gesucht
M14	Mein Wunsch-Frühstück
M15	Knackiges Fingerfood
M16	Hast du an alles gedacht?
M17	Wie sieht euer Klassenfrühstück aus?
M18	Steckbrief
M19	Wo versteckt sich die Milch?
M20	Forscher aufgepasst: Wie schmeckt das?
M21	Beschreibungshilfen
M22	Woher kommt die Milch?
M23	Das Pyramidenlied
M24	Milch-Rap
M25	Was gehört in den Kühlschrank?
M26	Aus Milch wird Quark
M27	Auf Zuckerjagd
M28	Wie süß und schokoladig schmeckt der Kakao?
M29	Wir machen Werbung
M30	Schüttel-Shake
M31	Fruchtiger Joghurt
M32	Konfettiquark der Jahreszeit
M33	Butter selber machen
M34	Milchsmoothie
M35	Roter Lassi
M36	Mein Schokotrauma
M37	Ayran
M38	Grünes Piratenbrot
M39	Power-Türmchen
M40	Mein Rezept (Blankovorlage)
M41	Das wollen wir zubereiten (Blankovorlage)



## Materialien nur als Download

D01 zu Modul 1	Elternbrief in Arabisch, Russisch, Englisch, Französisch
D02 zu Modul 2	Aufsteller: Das mag ich! Das kenne ich nicht! Das möchte ich probieren!
D03 zu Modul 2	Milchexperten gesucht – Meine Wahlstationen
D04 zu Modul 3	Die Ernährungspyramide
D05 zu Modul 3	Symbole für das Pyramidenfrühstück
D06 zu Modul 6	Beschreibungshilfen
D07 zu Modul 7	Film: „Milch – echt cool: Bauernhof“
D08 zu Modul 7	Film: „Milch – echt cool: Molkerei“
D09 zu Modul 7	Differenzierung: Woher kommt die Milch?
D10 zu Modul 11	Differenzierung: Wie süß und schokoladig schmeckt der Kakao?
D11 zu Modul 12	Differenzierung: Werbung: Wir vergleichen Milchprodukte
D12 zu Modul 12	Differenzierung: Werbeideen für unsere Schule
D13 zu Modul 13	Differenzierung: Butter selber machen
D14 zu Modul 15	Was ist das?
D15 zu Modul 15	Mein Wortschatz

65 Wort-Bildkarten

32 Forscheraufträge

32 Fotos



## Liebe Eltern,

in den nächsten Wochen ist Ihr Kind als „Milchforscher“ unterwegs. Wir planen viele Aktionen, SinnExperimente und gehen gemeinsam auf die Suche nach Milch und Milchprodukten.

So können Sie Ihr Kind auf seiner Forscherreise begleiten:

- ▶ Leere, ausgespülte Joghurtbecher, Milchtüten, Käseschachteln o. Ä. sammeln.  
Wir brauchen sie für eine Ausstellung.
- ▶ Ein offenes Ohr haben für die Ideen, die Ihr Kind aus der Schule mitbringt.
- ▶ Gemeinsam einkaufen und dabei die Milchprodukte aufspüren:  
Welche gibt es? Welche werden gekühlt?
- ▶ Ihr Kind in der Küche mithelfen lassen:  
Vielleicht möchte es ein Rezept aus der Schule ausprobieren.
- ▶ Sich Zeit nehmen für das gemeinsame Essen:  
Wo steckt hier die Milch?



Vielen Dank für die gute Zusammenarbeit.

Name des Kindes: \_\_\_\_\_

Verträgt Ihr Kind bestimmte Lebensmittel nicht? Wenn ja, welche? \_\_\_\_\_

Datum/Unterschrift \_\_\_\_\_ M01

## Sayın Veli,

Çocuğunuz önümüzdeki haftalarda “süt arařtırmacısı” olarak bir geziye katılacaktır. Bu gezide birçok etkinlik yapmayı, yeni tatlar keřfetmeyi ve birlikte süt ve süt ürünleri arařtırmayı planlıyoruz.

Bu arařtırma gezisinde sizler de ařağdaki etkinliklerle çocuğunuza eşlik edebilirsiniz:

- ▶ Boř, temiz yoğurt kaplarını, süt ve peynir kutularını biriktirin. Bunları bir sergide kullanacağız.
- ▶ Çocuğunuzun okuldan getireceğı yeni fikirlere karřı açık/hazırlıklı olun.
- ▶ Çocuğunuzla alışveriře gidin ve oradaki süt ürünlerini belirleyin:  
Hangi süt ürünleri var? Hangileri soğutuluyor?
- ▶ Çocuğunuzun mutfakta size yardım etmesine izin verin: Belki de okuldan getireceğı bir tarifi denemek isteyebilir.
- ▶ Yemeğınızı çocuğunuzla birlikte yemek için zaman ayırın.  
Yediklerinizin hangisinde süt var?



İlgi ve desteğınız için çok teřekkür ederiz.

Çocuğunuzun adı: \_\_\_\_\_

Çocuğunuzun midesine dokunan belli gıda maddeleri var mı? Varsa nelerdir? \_\_\_\_\_

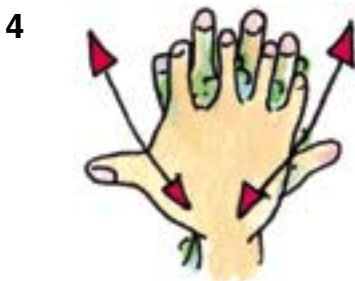
Tarih/İmza \_\_\_\_\_ M01



# Station 1

## Hände waschen

- ▶ Schaut euch die Bilder an.
- ▶ Geht zum Waschbecken. Während der eine erklärt, wie man sich die Hände wäscht, macht es der andere.
- ▶ Wechselt dann die Rollen.
- ▶ Bearbeitet das Arbeitsblatt.



M02

# Station 2

## Was fühlst du?

- ▶ Greife in den Beutel und taste eine Sache. Nicht reinschauen!
- ▶ Was fühlst du? Beschreibe.
- ▶ Was ist es? Schau nach.
- ▶ Wechselt euch ab.



M03

# Was ist das? Schaut genau!

- ▶ Wählt einen Umschlag.
- ▶ Nehmt ein Teil heraus. Was seht ihr?
- ▶ Braucht ihr einen Tipp? Dann nehmt noch ein Teil dazu.
- ▶ Wenn ihr die Lösung wisst, schreibt sie auf.
- ▶ Wählt zwei weitere Umschläge und geht genauso vor.



M04

# Milch macht munter!

- ▶ Schaut euch das Bild an.  
Sprecht darüber: Warum ist die Milch so wertvoll?
- ▶ Nehmt dann den Umschlag und bildet Sätze.
- ▶ Bearbeitet das Arbeitsblatt.



M05





**Eiweiß ist wichtig für meine Muskeln und zum Wachsen.**



**Kalzium macht meine Knochen stark!**



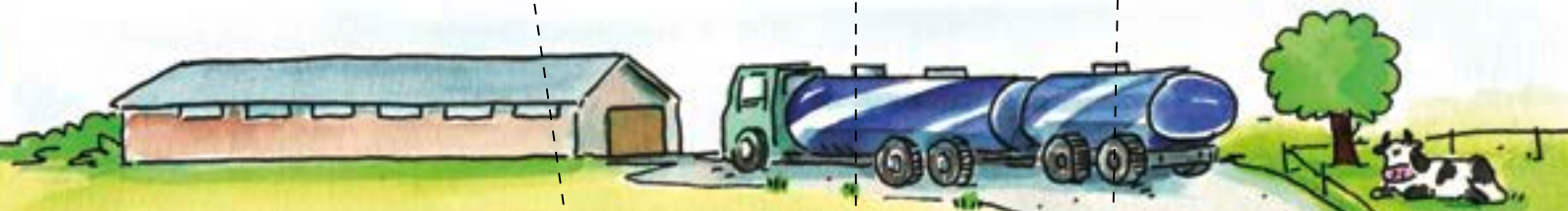
**Vitamine brauche ich zum Denken und Sehen.**



**Das Fett in der Milch macht den Geschmack.**



**Der Milchzucker gibt mir Energie.**



**Milch ist kein Durstlöscher.**





Station

5

## So eine Vielfalt!

- ▶ Ordnet die Milchprodukte zu den Aufstellern.
- ▶ Schreibt auf euer Arbeitsblatt, was ihr probieren möchtet.



M07

Station

6

## Selber machen!

- ▶ Schaut euch die Rezeptteile genau an.
- ▶ Was macht ihr zuerst?
- ▶ Was kommt ganz am Schluss?
- ▶ Bringt die Bilder in die richtige Reihenfolge.



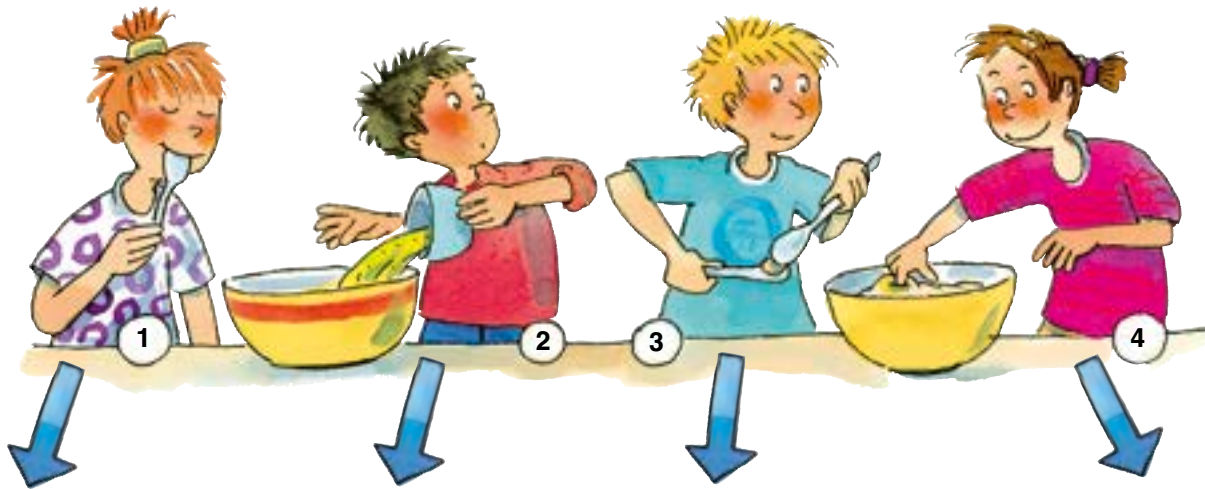
M08

# Station 7

## Die Chefkochprobe

Deine Spucke darf nicht ins Essen kommen.

- ▶ Schaut euch die Bilder genau an. Welches Kind macht es richtig? Warum?
- ▶ Beschreibt, wie es richtig geht.



Ich lecke den Löffel sauber und nehme mir etwas aus der Schüssel.

Wenn ein Rest in meinem Schälchen bleibt, kommt er zurück in die Schüssel.

Ich nehme zwei Löffel. Mit dem großen Löffel nehme ich etwas aus der Schüssel. Davon gebe ich einen Teil auf den kleinen Löffel und probiere.

Ich nasche direkt aus der Schüssel.

M09

# Lösung Station 7

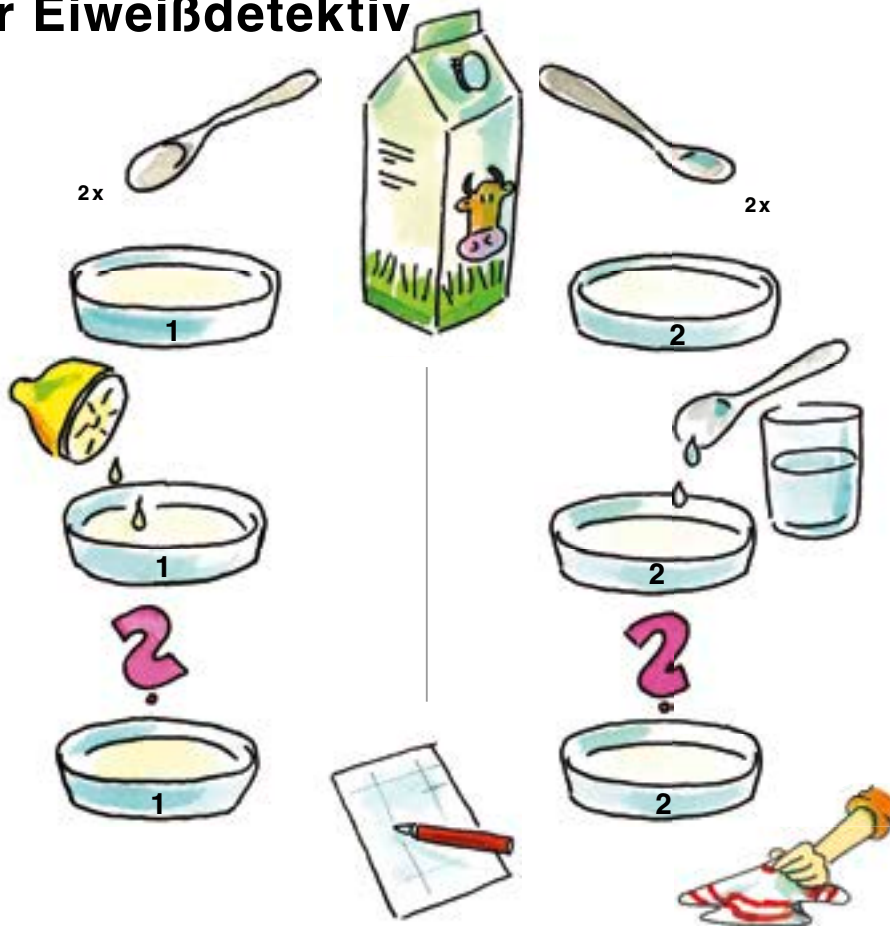
## Die Chefkochprobe



**Lösung:** Kind 3 macht es richtig.

**Warum?** Es nimmt mit dem großen Löffel eine Probe. Es gibt etwas davon auf den kleinen Löffel. Die Löffel berühren sich dabei nicht. Den kleinen Löffel steckt das Kind in den Mund. Nur der große Löffel geht in die Schüssel. So kommt die Spucke vom kleinen Löffel niemals in die Schüssel.

# Der Eiweißdetektiv



**Ihr braucht:**

- 2 flache Schalen
- 2 Tropfen Zitronensaft
- 4 Esslöffel Frischmilch
- 2 Tropfen Wasser/Tee

**So geht's:**

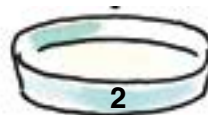
- ▶ Gebt in beide Schalen 2 Esslöffel Milch.
- ▶ Tropft 2 Tropfen Zitronensaft in Schale 1. In Schale 2 gießt 2 Tropfen Wasser oder Tee.
- ▶ Beobachtet genau. Schreibt eure Beobachtung auf den Laufzettel.
- ▶ Spült die Schalen und räumt die Station auf.

M10

# Der Eiweißdetektiv



weiße Flocken



keine weißen Flocken

**Beobachtung:** In der einen Schale bilden sich weiße Flocken, in der anderen passiert nichts.

**Erklärung:** Die Zitrone verändert das Milcheiweiß: Es gerinnt.

**Anwendung:** Wenn du Joghurt oder Käse machen möchtest, muss das Eiweiß gerinnen. Bei Joghurt verwendet man dazu Milchsäurebakterien, bei Käse Labenzyme.



# Station 9

## Was heißt homogenisieren?



### Ihr braucht:

- 1 Schraubglas
- 1 Sprühflasche
- 1 Glas
- Wasser-Öl-Gemisch

### So geht's:

- ▶ Im Schraubglas und in der Sprühflasche ist das gleiche Gemisch aus Wasser und Öl.
- ▶ Schüttelt das Schraubglas kräftig. Sprüht das Wasser-Öl-Gemisch in das Glas.
- ▶ Was beobachtet ihr? Schreibt oder malt eure Beobachtung auf den Laufzettel.
- ▶ Spült das Glas und räumt die Station auf.

M11

# Lösung Station 9

## Was heißt homogenisieren?

### Beobachtung:



Im Schraubglas setzt sich das Fett oben auf dem Wasser ab. Das Wasser bleibt klar.



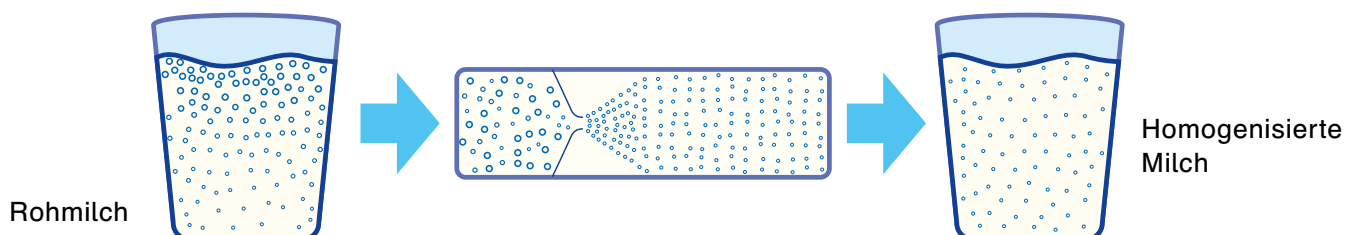
Im Glas entsteht eine dünne, weiße Schicht.

### Erklärung:

Die Fetttropfen im Glas sind groß und schwimmen auf der Oberfläche. Wird das Wasser-Öl-Gemisch durch die Spritzdüse gedrückt, werden die großen Fettkugeln kleiner. So können sie sich fein im Wasser verteilen.

### Anwendung:








Ähnliches geschieht beim Homogenisieren der Milch. Die großen Fetttropfen in der frisch gemolkenen Kuhmilch werden fein verteilt. Die Milch „rahmt“ nicht mehr auf.





M11

# Laufzettel: Milchexperten gesucht

Name \_\_\_\_\_

Pflicht	erledigt am (Datum)	kontrolliert
<b>Station 1</b> <b>Hände waschen</b> 		
<b>Station 2</b> <b>Was fühlst du?</b> 		
<b>Station 3</b> <b>Was ist das? Schaut genau!</b> 		
<b>Station 4</b> <b>Milch macht munter!</b> 		
<b>Station 5</b> <b>So eine Vielfalt!</b> 		
<b>Station 6</b> <b>Selber machen!</b> 		
<b>Station 7</b> <b>Die Chefkochprobe</b> 		

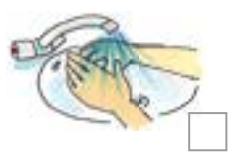
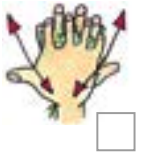
Wahl		
<b>Station 8</b> <b>Der Eiweißdetektiv</b> 		
<b>Station 9</b> <b>Was heißt homogenisieren?</b> 		

# Milchexperten gesucht

Name \_\_\_\_\_

## Station 1 Hände waschen

Schreibe die richtige Reihenfolge mit Zahlen von 1 bis 6 in die Kästchen.



## Station 2 Was fühlst du?

Was hast du erkannt? Schreibe oder male.

## Station 3 Was ist das? Schaut genau!

Was habt ihr erkannt? Schreibe oder male.

## Station 4 Milch macht munter!

Ergänze: In Milch steckt viel Gutes. \_\_\_\_\_ macht deine Knochen stark.

Für deine Muskeln und zum Wachsen brauchst du \_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_ helfen dir beim Sehen und Denken. \_\_\_\_\_ ist für

den Geschmack – zu viel macht dich schlapp.

\_\_\_\_\_ gibt dir Energie.

Milch ist \_\_\_\_\_ Durstlöscher.

## Station 5 So eine Vielfalt!

Was möchtest du probieren?

---

---

---

---

---

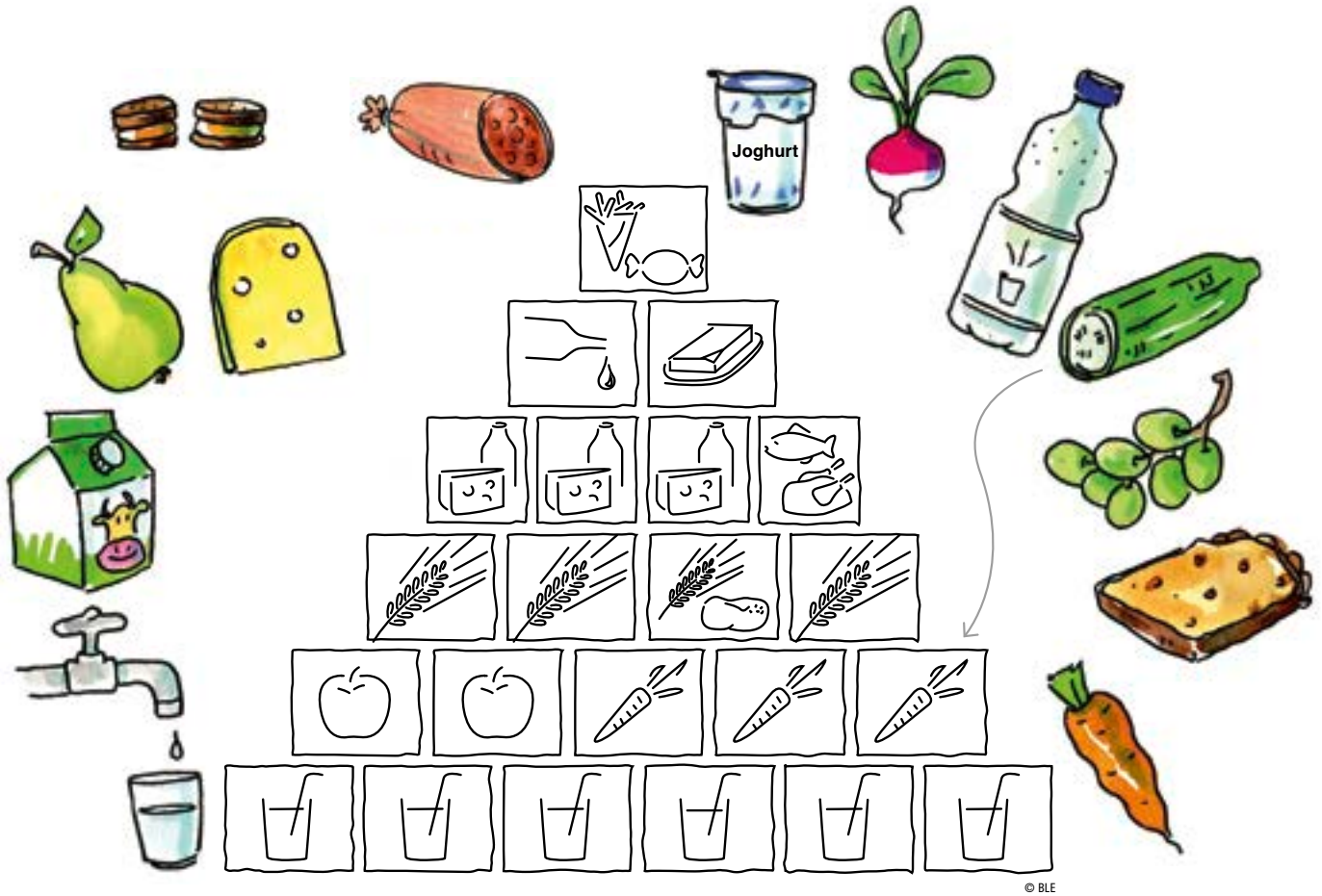
---



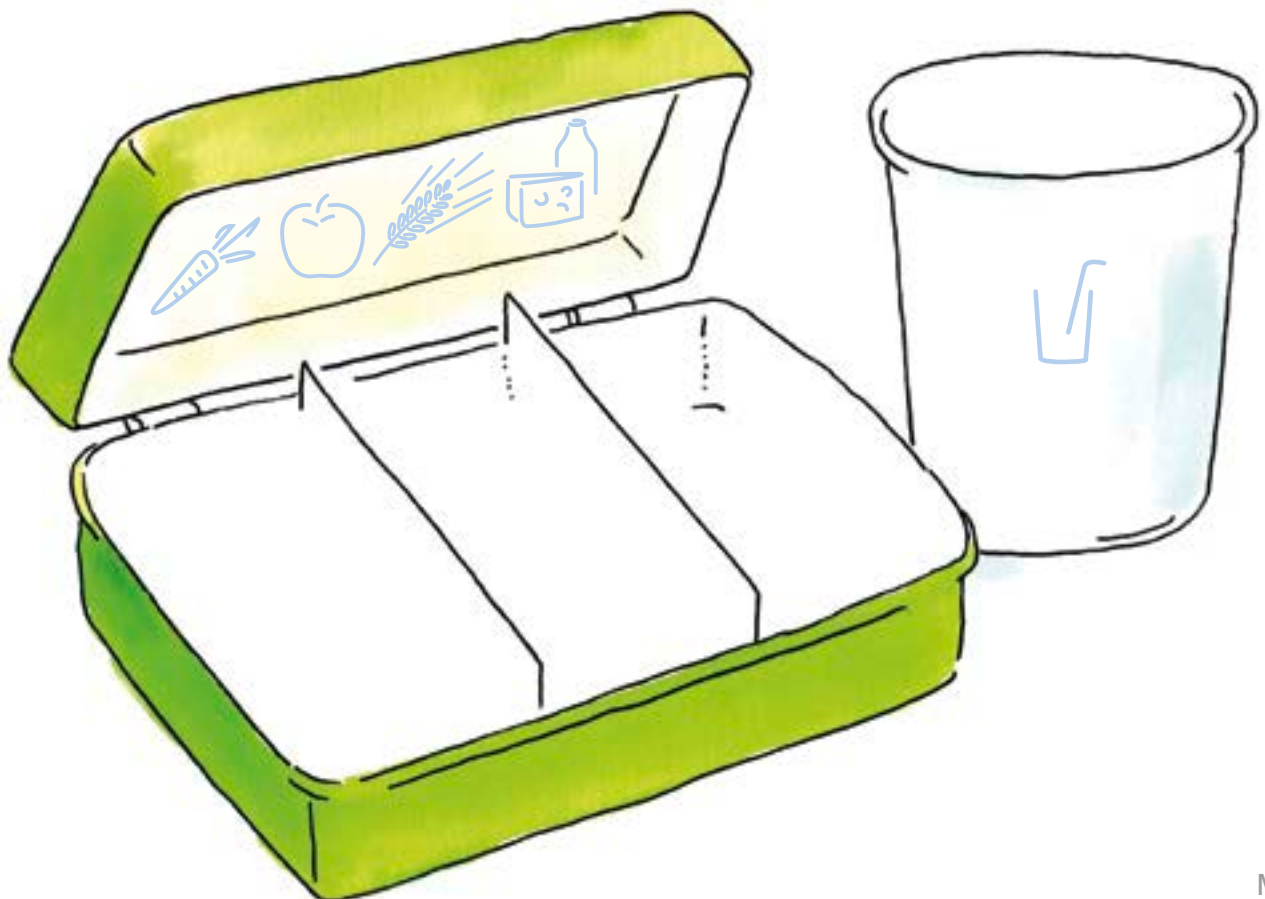
# Mein Wunsch-Frühstück

Name \_\_\_\_\_

1 Male die Pyramide in den richtigen Farben an und verbinde.



2 Male ein Frühstück, das dir schmeckt. Beachte die Pyramidenformel.



# Knackiges Fingerfood

Name \_\_\_\_\_

1



2



1 Wasche gründlich deine Hände.

2 Stelle alles bereit.

3



4



3 Wasche das Gemüse. Lass es im Sieb abtropfen.

4 Schneide die nicht essbaren Teile ab.

5



6



5 Wenn nötig – schäle das Gemüse.

6 Schneide das Gemüse klein.

7



8



7 Richte alles appetitlich an.

8 Räume auf und wische den Tisch sauber.



# Hast du an alles gedacht?

Name \_\_\_\_\_

Überprüfe und bewerte.

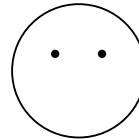


klappt super

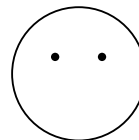
klappt ganz gut

will ich noch üben

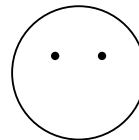
weiß nicht



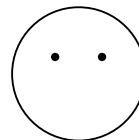
Ich habe als erstes meine Hände gründlich gewaschen.



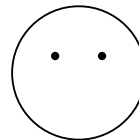
Ich habe zuerst alle Arbeitsgeräte und Zutaten bereitgestellt.



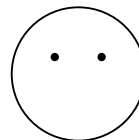
Ich habe das Gemüse und Obst gewaschen, geputzt (geschält) und klein geschnitten.



Ich habe alles aufgeräumt und den Tisch sauber gewischt.



Essensreste habe ich weggeräumt, um sie später zu essen.





Was gekühlt werden muss, habe ich in den Kühlschrank gestellt.



# Wie sieht euer Klassenfrühstück aus?

Name \_\_\_\_\_

**1** Befragt euch gegenseitig.  
Welche Aussagen treffen auf euch zu?

Füllt die Tabelle so aus: ja =  nein = 



Name

Ich habe mir mein Pausenfrühstück selbst gemacht.				
Ich trinke in der Pause Wasser, Tee oder Saft mit viel Wasser.				
Milch oder etwas aus Milch gehört zu meinem Frühstück.				
Frisches Obst oder Gemüse mag ich gerne in der Schule.				
Wir beginnen gemeinsam mit dem Essen.				
Wir essen in Ruhe und haben genug Zeit zum Essen.				
Keiner meckert über das Essen. Wir streiten nicht.				
Jeder darf reden, die anderen am Gruppentisch hören zu.				

**2** Was möchtest du noch sagen? Welche Wünsche hast du?



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**3** Werden deine Wünsche an das gemeinsame Essen beachtet?  
Was kannst du dazu beitragen?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



# Steckbrief

Name \_\_\_\_\_

Wie heißt euer Milchprodukt?

\_\_\_\_\_

So sieht es aus. Malt es oder klebt ein Bild ein.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



Es besteht aus: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Wie schmeckt es? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



Was könnt ihr daraus zubereiten? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Was habt ihr noch herausgefunden? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



# Wo versteckt sich die Milch?

Name \_\_\_\_\_

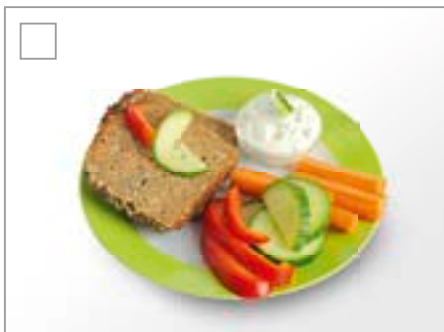
Schaut euch die Bilder genau an: Wo versteckt sich eine Portion Milch? Kreuzt an. Schreibt unter das Bild, welches Milchprodukt ihr entdeckt habt.


























Yoghurt · Frischkäse · Avian · Quark · Feta · Käse · Milch



# Forscher aufgepasst: Wie schmeckt das?

Name \_\_\_\_\_



	Probe 1	Probe 2	Probe 3
<b>Wie sieht der Joghurt aus?</b> Farbe, mit Stückchen, mit Punkten, ...			
<b>Wie riecht der Joghurt?</b> fruchtig, süß, ...			
<b>Wie fühlt sich der Joghurt im Mund an?</b> weich, cremig, körnig, ...			
<b>Wie schmeckt der Joghurt?</b> süß, sauer, ...			
<b>Welche Frucht oder Früchte schmeckst du?</b>			
<b>Wie schmeckt dir der Joghurt?</b>	superlecker lecker ok 	superlecker lecker ok 	superlecker lecker ok 



# Beschreibungshilfen

Mit den Adjektiven erweitern die SuS ihren Ausdruck und lernen ihre Sinneseindrücke treffend zu beschreiben.

Als Download finden Sie weitere Beschreibungshilfen. Sie können auch eigene Karten ergänzen.



**kalt**

**warm**

**leicht süß**

**süß**

**fruchtig**

**bitter**

**mit Stückchen**

**samtig**

**sauer**

# Woher kommt die Milch?

Name \_\_\_\_\_

Was passt zusammen?  
Ordne die Texte den Bildern zu und verbinde.



Im Kühlwagen wird die Milch von der Molkerei ins Geschäft gebracht.

In der Molkerei wird die Milch genau untersucht und weiterbehandelt. Hier werden aus ihr Butter, Sahne, Joghurt, Quark und andere Milchprodukte hergestellt.

Die Kuh muss jedes Jahr ein Kalb kriegen. Nur dann kann sie viel Milch geben.

Im Euter der Kuh entstehen täglich über 20 Liter Milch. Morgens und abends werden die Kühe am Melkstand gemolken.

Der Milchtankwagen holt die gekühlte Rohmilch ab und bringt sie zur Molkerei.

Die Milch fließt automatisch in einen großen Milchtank. Dort wird diese gekühlt.

Frischmilch musst du im Kühlschrank aufbewahren.

Die Milch wird in Kartons und Flaschen abgefüllt.



# Das Pyramidenlied

Name \_\_\_\_\_

Text Refrain: Andreas Schwamm, Bergisch Gladbach;  
Text Strophen: Svea Bethge; Musik: Dietmar Steinhauer, Wermelskirchen

**Refrain**

Die - Py - ra - mi - de ist der Hit, hält wirk - lich je - den fit die  
*Daumen in die Luft strecken* *auf der Stelle laufen*

Py-ra-mi-de lässt uns mes-sen, was wir am bes- ten es - sen sie zeigt uns al-les, was es gibt, und  
*Hände weit auseinandernehmen und messen* *mit der flachen Hand kurz an die Stirn tippen und innehalten*

gibt uns man-chen Tipp die Py - ra - mi - de ist der Hit, hält wirk-lich je - den fit.  
*auf der Stelle laufen und trampeln*

- |   |         |
|---|---------|
| 1. Strophe: Wasser ist die erste Wahl, braucht der Körper allemal.                  | Refrain |
| 2. Strophe: Gemüse und Salat im Überfluss, sind ein wahrer Hochgenuss.              | Refrain |
| 3. Strophe: Nimm ruhig einen Apfel mit, der macht dich richtig fit.                 | Refrain |
| 4. Strophe: Haferflocken, Vollkornbrot, machen Wangen richtig rot.                  | Refrain |
| 5. Strophe: Dann die Milch, hast du's gerafft – gibt durch Kalzium ganz viel Kraft. | Refrain |

M23



# Milch-Rap

Name \_\_\_\_\_

**Sie steht auf der Wiese und macht laut „Muh“.  
Wer ist denn das? Das ist die Kuh.**

**Sie gibt uns Milch für jeden Tag,  
die trink ich mal pur oder wie ich mag.**

**Als Käse oder Joghurt esse ich sie gern,  
Milchprodukte kommen von nah und von fern.**

Schreibe dein eigenes Milchgedicht.  
Wenn du möchtest, kannst du dein Gedicht auch rappen.




---



---



---



---



---

© BLE 2017 - Für Milchforscher und Joghurdetective - Best.-Nr. 1684

M24

# Was gehört in den Kühlschrank?

Name \_\_\_\_\_

Schau dir die Lebensmittel genau an.  
Welche gehören in den Kühlschrank?  
Schreibe die Zahlen für die Lebensmittel  
an die richtige Stelle im Kühlschrank.

Das gehört nicht in den Kühlschrank:

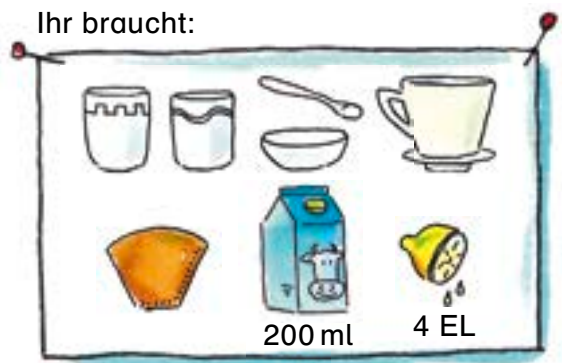
○ ○ ○ ○ ○

# Aus Milch wird Quark

Name \_\_\_\_\_



Ihr braucht:



1



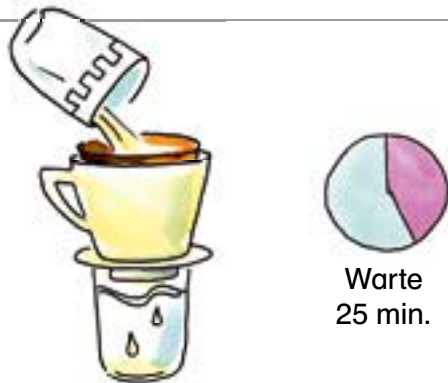
Gießt die Milch in das Glas.

2



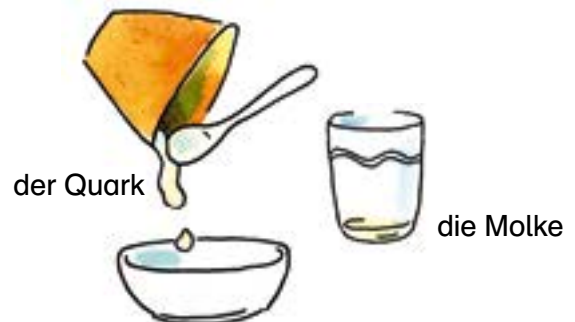
Gebt 4 Esslöffel Zitronensaft dazu. Rührt solange, bis sich kleine Flocken bilden. Wartet 5 Minuten.

3



Stellt den Filter auf das andere Glas. Gießt die Milchmischung in den Filter. Wartet, bis alles durch den Filter geflossen ist.

4



Schüttet den Inhalt des Filters in das Schälchen: Das ist euer Quark. Was übrig bleibt, heißt Molke.



Mit Obst oder Kräutern schmeckt der Quark superlecker.



# Auf Zuckerjagd

Name \_\_\_\_\_

**1** Fülle die Tabelle aus.



Milchprodukt	Schätze: Wie viele Zuckerwürfel stecken drin?	Zähle nach: Wie viele Zuckerwürfel sind es wirklich?

**2** Was haben deine Mitschüler herausgefunden?  
Schreibe das Milchprodukt zur Würfelzuckerzahl.



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

**3** Wie kannst du Zucker sparen? Mache mindestens zwei Vorschläge.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Wie süß und schokoladig schmeckt der Kakao?

Name \_\_\_\_\_

**1** Koste nacheinander die drei Proben: Wie süß sind sie?

Ergänze die Zahlen der Proben:




Probe \_\_\_\_\_ ist ein bisschen süß.

Probe \_\_\_\_\_ schmeckt süß.

Probe \_\_\_\_\_ ist am süßesten.



**2** Wie schokoladig schmecken die Proben? Male die Kakaobohnen aus:

-  = wenig schokoladig
-  = schokoladig
-  = besonders schokoladig

Probe 1

Probe 2

Probe 3



**3** Wie kannst du in deinem Kakao Zucker sparen? Mache zwei Vorschläge.

---



---

**Zusatzauftrag:**  
 Woran erinnern dich diese Zeichen?  
 Wo hast du sie schon mal gesehen?  
 Was bedeuten sie?



Auf welchen Lebensmitteln findest du diese Zeichen?  
 Schau zu Hause oder im Geschäft nach.




---



---



---



---



---

# Wir machen Werbung

Name \_\_\_\_\_



Gefällt mir super.

Ist in Ordnung.

Gefällt mir nicht.

**1** Vergleiche zwei Produkte und fülle die Tabelle aus.

Welche Produkte hast du?		
Der Name ist lustig.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Die Verpackung ist schön bunt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Es gibt spannende oder lustige Bilder auf der Verpackung.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Die Verpackung ist anders geformt als üblich, z. B. eckig.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Es gibt etwas dazu, z. B. Sticker, Spielzeug, Spielcode fürs Internet ...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**2** Welches Produkt würdest du auswählen? Warum?

---



---



---

**3** Suche dir eine Partnerin/einen Partner und überlegt gemeinsam: Wie könnt ihr Milch und Joghurt in eurer Schule beliebter machen? Schreibt auf ein Extrablatt.

**4** Sammelt eure Ideen in der Klasse. Einigt euch auf drei Ideen, die ihr umsetzen möchtet.



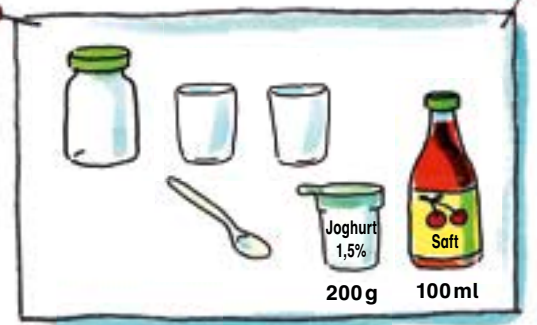


# Schüttel-Shake

Name \_\_\_\_\_



Ihr braucht für 2 Portionen:



1



Gib den Joghurt in das Glas.

2



Gieße den Saft dazu.

3



Schraube den Deckel fest zu.

4



Schüttele kräftig, bis alles gut vermischt ist.

5



Verteile den Shake auf zwei Gläser.



# Fruchtiger Joghurt

Name \_\_\_\_\_



Ihr braucht für 4 Portionen:



1



Wasche das Obst.

2



Entferne die nicht essbaren Teile.  
Schneide das Obst in kleine Stücke.

3



Gib den Joghurt in die Schüssel. Rühre ihn glatt.

4



Gib das Obst dazu.  
Vermische alles.

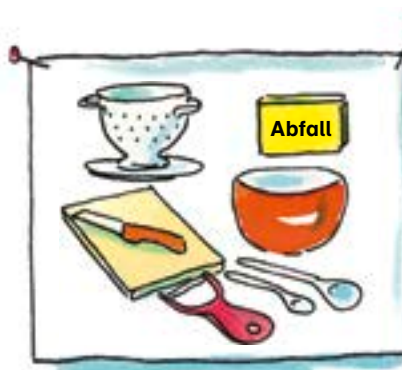


Tipp: Mit Haferflocken und Nüssen wird aus dem Fruchtjoghurt schnell ein Fitmacher-Müsli.



# Konfettquark der Jahreszeit

Name \_\_\_\_\_



1



Wasche das Gemüse.

2



Wenn nötig – schäle das Gemüse.  
Schneide es möglichst klein.

3



Gib den Quark und den Joghurt in eine Schüssel.  
Verrühre alles.

4



Gib das Gemüse in die Quarkmasse.

5



Schmecke mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver ab.



Schmeckt auf Brot oder als Dipp.

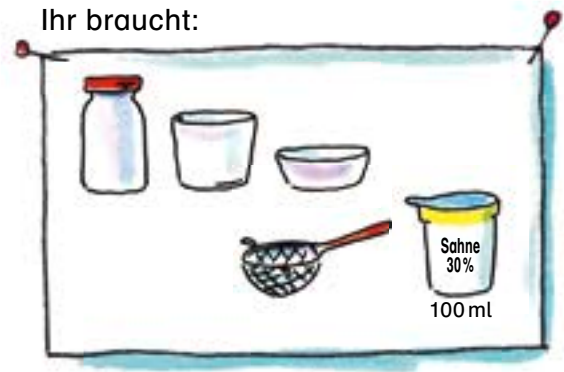


# Butter selber machen

Name \_\_\_\_\_



Ihr braucht:

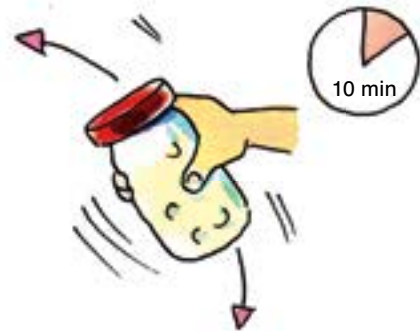


1



Gib die Sahne ins Glas.  
Schraube es fest zu.

2



Schüttele kräftig bis sich  
Klumpchen bilden.

3



Gieße alles ins Sieb und warte.

4



Gib die Butter auf einen Teller.  
Stelle sie kühl.

5



Bestreiche ein Vollkornbrot  
dünn mit der Butter.  
Schneide Kräuter darüber.



Wie schmeckt  
das Brot, wie die  
Buttermilch?

# Milchsmoothie

## Zutaten für 4 Portionen:

- ▶ 1 halber Liter gekühlte Milch (1,5 %)
- ▶ 250 g weiches Obst der Jahreszeit




## Arbeitsgeräte:

- ▶ Abtropfsieb und Schüssel
- ▶ Abfallschüssel
- ▶ Schneidebrett
- ▶ Messer
- ▶ hohe Rührschüssel
- ▶ 1 Tasse
- ▶ Pürierstab oder Standmixer
- ▶ 4 Gläser



## So geht's:

1. Putze und wasche das Obst. Schäle es, wenn nötig.
2. Schneide es in große Stücke.  
Beeren kannst du als ganze Frucht verwenden.
3. Fülle das Obst in die Rührschüssel.  
Gib 1 Tasse Milch dazu.
4. Mixe alles gut durch. 
5. Gib die restliche Milch dazu. Mixe, bis sie schaumig ist.
6. Verteile den Milchsmoothie auf die Gläser.



## Tipps:

- ▶ Die Hälfte der Milch durch Buttermilch ersetzen.
- ▶ Obststücke aufspießen und über das Glas legen.



M34

# Roter Lassi

## Zutaten für 4 Portionen:


- ▶ 500 g Erdbeeren oder anderes weiches Obst der Saison
- ▶ 500 g Joghurt (1,5 %)
- ▶ 300 ml kaltes Wasser



## Arbeitsgeräte:

- ▶ Abtropfsieb und Schüssel
- ▶ Abfallschüssel
- ▶ Schneidebrett
- ▶ Messer
- ▶ Löffel
- ▶ hohe Rührschüssel
- ▶ Pürierstab oder Standmixer
- ▶ 4 Gläser

## So geht's:

1. Wasche die Erdbeeren, lasse sie im Sieb abtropfen und entferne das Grün.
2. Gib die Erdbeeren und den Joghurt in die Rührschüssel. Alles gut durchmischen. 
3. Schütte das kalte Wasser in die Joghurtmischung.
4. Nochmal alles gut mixen. Verteile den Lassi auf die Gläser.

## Tipps:

- ▶ Das Glas mit einer Erdbeere oder Minze verzieren.  
Im Sommer 2 bis 3 Eiswürfel in den Lassi geben.
- ▶ Wasser durch Mineralwasser mit Kohlensäure ersetzen.
- ▶ 500 ml Buttermilch statt Joghurt und Wasser verwenden.



M35

# Mein Schokotraum

## Zutaten für 2 Tassen:

- ▶ 300 ml Milch (1,5 %)
- ▶ 1 TL „echtes“ Kakaopulver
- ▶ 1 TL Zucker



## Arbeitsgeräte:

- ▶ kleine Tasse
- ▶ Topf und Herdplatte
- ▶ Mixbecher
- ▶ Teelöffel
- ▶ Schneebesen
- ▶ 2 Tassen oder Gläser



## So geht's:

1. Rühre das Kakaopulver und den Zucker mit wenig kalter Milch an.
2. Erhitze die restliche Milch langsam im Topf. Nicht kochen lassen.
3. Gieße die Hälfte der heißen Milch in einen Mixbecher.
4. Rühre in die restliche Milch im Topf den Kakao ein. Verteile ihn anschließend auf zwei Tassen.
5. Schlag die Milch im Mixbecher mit einem Schneebesen schaumig.
6. Gib den Milchschaum auf den Kakao und bestäube ihn mit Kakaopulver.



## Tipps:

- ▶ Milchschaumer benutzen. Das ergibt einen besonders schönen Schaum.
- ▶ Schablone für den Milchschaum basteln, z. B. Herz, Stern, Smiley ... Dazu Papieruntersetzer 1-mal falten und Muster schneiden.



# Ayran

## Zutaten für 4 Portionen:

- ▶ 500 g Joghurt (1,5 %)
- ▶ 500 ml kaltes Wasser
- ▶ 1 Prise Salz
- ▶ 1 TL Zitronensaft (1 Zitrone)



## Arbeitsgeräte:

- ▶ Schneidebrett
- ▶ Messer
- ▶ Zitronenpresse
- ▶ Rührschüssel
- ▶ Teelöffel
- ▶ Schneebesen
- ▶ 4 Gläser



## So geht's:

1. Schneide die Zitrone in der Mitte durch und press eine Hälfte aus.
2. Gib den Joghurt und das Wasser in die Rührschüssel.
3. Gib einen Teelöffel Zitronensaft und eine Prise Salz dazu.
4. Verrühre alles mit dem Schneebesen.
5. Verteile den fertigen Ayran auf die Gläser.

## Tipps:

- ▶ 1 bis 2 Blätter Minze oder Petersilie zerkleinern und mit in den Ayran geben.
- ▶ Ayran in bunten Gläsern mit Zitronenscheiben, Strohhalmen und Minze anrichten.





# Grünes Piratenbrot

## Zutaten für 4 Portionen:

- ▶ 4 Scheiben Vollkornbrot
- ▶ 250 g Quark
- ▶ 40 ml Milch (1,5%)
- ▶ 1/2 Bund Schnittlauch



## Arbeitsgeräte:

- ▶ Eszlöffel
- ▶ Schüssel
- ▶ Tafelmesser
- ▶ saubere Küchenschere
- ▶ Teller oder Platte



## So geht's:

1. Wasche den Schnittlauch. Vorsichtig trocken schütteln.
2. Verrühre den Quark mit der Milch in der Schüssel.
3. Streiche den Quark dick auf die Brotscheiben.
4. Schneide den Schnittlauch mit einer Küchenschere über dem Quark in kleine Röllchen.

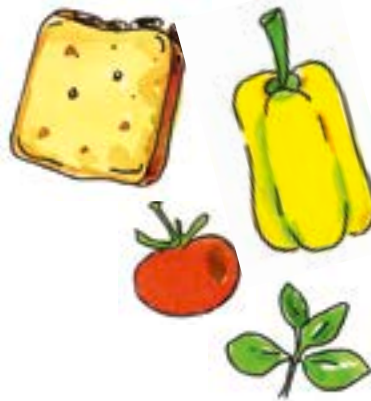


M38

# Power-Türmchen

## Zutaten (für 4 bis 6 Türmchen):

- ▶ 2 Scheiben Vollkornbrot
- ▶ 60 g Feta oder Schnittkäse
- ▶ 100–150 g Gemüse der Jahreszeit, z. B. Paprika, Tomaten, Gurken ...
- ▶ 4 bis 6 Blätter Basilikum



## So geht's:

1. Wasche und putze das Gemüse. Wenn nötig, schäle es.
2. Wasche den Basilikum. Vorsichtig trocken schütteln.
3. Schneide das Brot, den Käse und das Gemüse in gleich große, mundgerechte Stücke.
4. Stecke nun abwechselnd Brot, Käse, Gemüse und das Basilikumblatt auf die Spieße.



M39

# Mein Rezept

Arbeitsgeräte:



Zutaten:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

So geht's:

---

---

---

---

---

---

---

M40



## Das wollen wir zubereiten:

Für mich selbst  
bringe ich mit:



---

---

---

---

---

---

---

---

Für meine Gruppe  
bringe ich mit:



---

---

---

---

---

---

---

---

## Wort-Bildkarten

Mit den über 60 Wort-Bildkarten sind viele Sprachübungen und Sprachspiele möglich. Sie können daraus Memo-Spiele erstellen, Arbeitsblätter zur Wortschatzfestigung konzipieren – individuell für Ihre SuS.

Alle Illustrationen lassen sich fürs Arbeitsblatt verkleinern, für das Plakat vergrößern, in schwarz-weiß oder Farbe ausdrucken.

die Milch



fühlen



das Gemüse



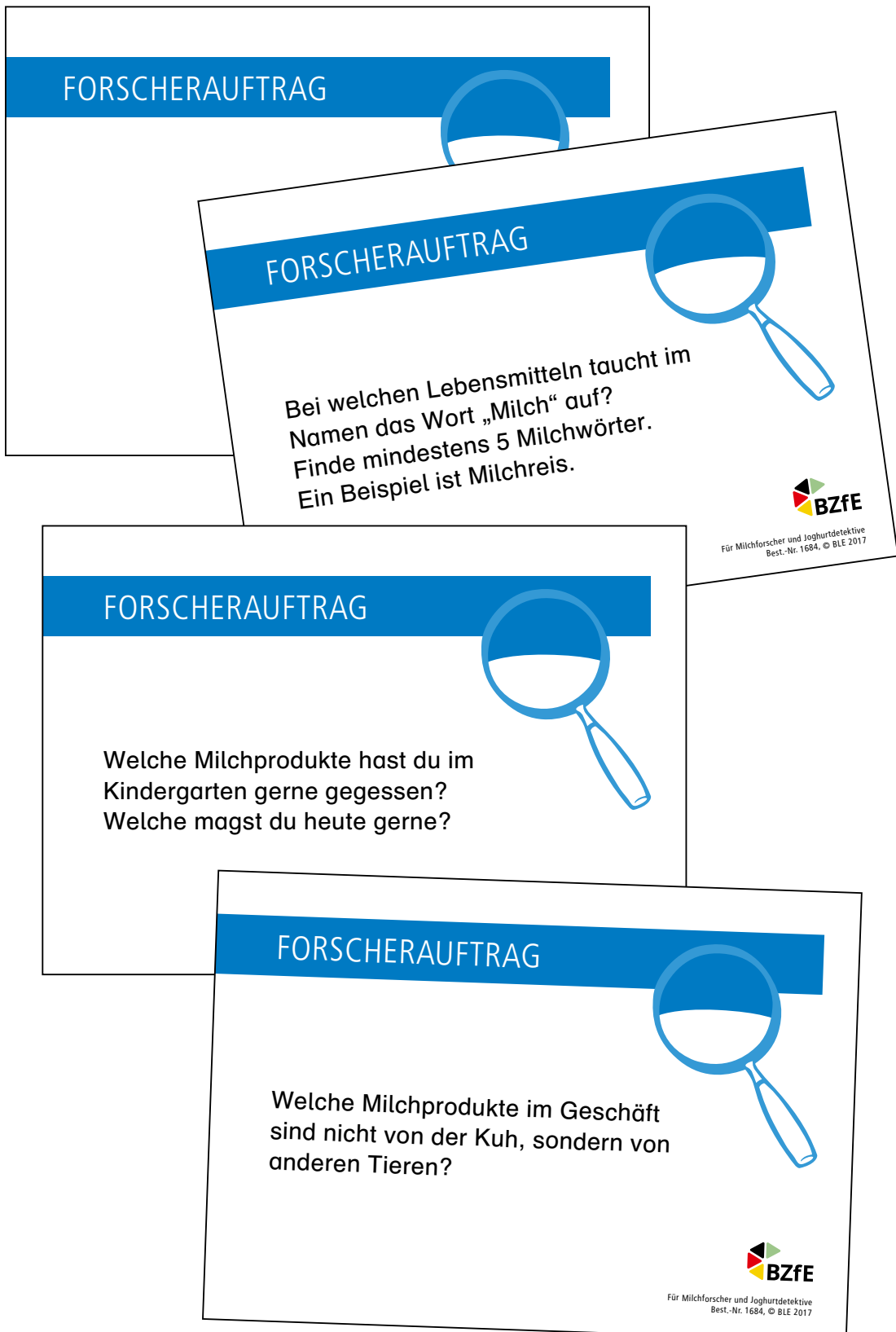
aufräumen





## Forscheraufträge

Insgesamt gibt es 32 fertige Forscherkarten. Mithilfe der Blankovorlagen können Sie aus den Fragen der Kinder viele weitere eigene Forscherkarten entwickeln. Die Forscheraufträge bei den Modulen sind Vorschläge und eignen sich zur Differenzierung. Kinder forschen selbstständig außerhalb der Schule, sind kreativ, beziehen ihre Familie ein und arbeiten an Fragen, die sie interessieren.



**FORSCHERAUFTRAG**

Bei welchen Lebensmitteln taucht im Namen das Wort „Milch“ auf?  
Finde mindestens 5 Milchwörter.  
Ein Beispiel ist Milchreis.

**BZfE**  
Für Milchforscher und Joghurtdetektive  
Best.-Nr. 1684, © BLE 2017

**FORSCHERAUFTRAG**

Welche Milchprodukte hast du im Kindergarten gerne gegessen?  
Welche magst du heute gerne?

**FORSCHERAUFTRAG**

Welche Milchprodukte im Geschäft sind nicht von der Kuh, sondern von anderen Tieren?

**BZfE**  
Für Milchforscher und Joghurtdetektive  
Best.-Nr. 1684, © BLE 2017

## Fotos

Die Fotos bieten zahlreiche Gesprächsimpulse. Sie können diese über ein Whiteboard oder mit Beamer projizieren. Möchten Sie daraus DIN-A5-Karten für den Stuhlkreis erstellen, brauchen Sie die Fotos lediglich auf 71% verkleinern, ausdrucken und laminieren.



Hier finden Sie Informationen und Arbeitsvorschläge, aus denen Sie selbst Lesetexte o. Ä. erstellen können.



## Mehr als Kuhstall und Kühlregal: Lebensmittelkette Milch

Bestell-Nr. 3391; 6,00 €



## Milch und Milcherzeugnisse

Bestell-Nr. 1008; 4,50 €



## Käse

Bestell-Nr. 1090; 3,50 €

Heft | Bestell-Nr. 1683 | 4,50 €

Für alle Klassen

## Milch erforschen mit inklusiven Kindergruppen

Warum ist die Milch weiß? Warum kocht sie so leicht über? Wie macht man Blitzkäse? Das kann jedes Kind herausfinden, egal ob Regel- oder Förderschulkind, mit oder ohne Lese- und Schreibkompetenz. Wer so viel Spannendes entdeckt, greift dann vielleicht häufiger zu Milch, Käse oder Quark.

### Das bietet das Heft:

- ✔ 7 Mini-Experimente
- ✔ 7 Kopiervorlagen fürs Forscherheft in jeweils zwei Schwierigkeitsstufen
- ✔ einfache Erklärungen und Tipps für gutes Gelingen
- ✔ ideal für Kindergruppen im Grundschulalter, für Unterricht, Projektwochen, Nachmittags-AGs oder fürs Ferienprogramm



Broschüre mit CD | Bestell-Nr. 3388 | 10,00 €

Für alle Klassen

## Für Gemüseforscher und Obstdetektive

Die 30 erlebnisreichen Übungen machen Kindern Lust auf mehr Gemüse und Obst. Im Mittelpunkt stehen echte Geschmackserfahrungen, Detektivaufträge, SinnExperimente und entdeckendes Lernen. Die fertig ausgearbeiteten Module erleichtern Ihre Unterrichtsvorbereitung und lassen sich flexibel auswählen und kombinieren.

### Das große Plus:

- ✔ 30 Mini-Module für den direkten Einsatz
- ✔ viel Sinnesschulung und ein Blick über den Tellerrand
- ✔ CD mit veränderbaren Arbeitshilfen
- ✔ empfohlen zur pädagogischen Begleitung des EU-Schulprogramms



Ringordner | Bestell-Nr. 3463 | 25,00 €

Für alle Klassen

## Clever essen und trinken mit der Ernährungspyramide – Module für die Grundschule

Gemeinsam mit dem Hasen Kasimir erforschen Grundschulkinder die Ernährungspyramide, entdecken die heimische Obst- und Gemüsevielfalt und spüren ihr Bewegungsverhalten auf. Die Methodenvielfalt und CD ermöglichen eine optimale Passung an Ihre Lerngruppe.

### Das bietet Ihnen der Ringordner:

- ✔ die Ernährungspyramide in kleinen Schritten
- ✔ viel Praxis und Ideen zum Transfer ins Schulleben
- ✔ 13 fertig ausgearbeitete Unterrichtsmodule
- ✔ über 100 farbige Foto- und Bildkarten
- ✔ Kopiervorlagen, Spiele, Bewegungsgeschichten, Lieder
- ✔ CD mit bearbeitbaren Kopiervorlagen, Lösungen, Forscherkarten, Wortkarten zur Sprachförderung u. v. m.





Für Klasse  
1

Mitmachheft | Bestell-Nr. 1317 | 2,50 €

## So macht Essen Spaß – Entdeckerheft für Kitakinder und Erstklässler

Viel mehr als Unterhaltung! Die 30 Sticker im reich bebilderten Entdeckerheft machen Kindern Spaß. Aber was viel wichtiger ist: Die pfiffigen Aufgaben wecken die Lust, neue Lebensmittel zu probieren, die Natur zu entdecken und oft draußen zu spielen.

### Das große Plus für Kinder, Pädagoginnen und Pädagogen:

- ✔ 22 Seiten mit viel Gesprächspotenzial über Essen, Natur und Bewegung
- ✔ 30 bunte Sticker
- ✔ funktioniert ganz ohne Lesen und Schreiben
- ✔ kostenfrei im Internet: Pädagogenleitfaden mit ergänzenden Aktionen



Ab Klasse  
2

Mitmachheft | Bestell-Nr. 1318 | 2,50 €

## So macht Essen Spaß – Entdeckerheft für Grundschul Kinder

Die 66 bunten Sticker, pfiffigen Bilder, Rätsel, Spiele und Forscherfragen versprechen viele Aha-Effekte und eine Menge Spaß rund ums Essen und Trinken. Auf jeder Seite gibt es Aktionen und Fragen, die den Blick für einen nachhaltigen Lebensstil schärfen.

### Das bietet das Mitmachheft:

- ✔ 20 reich bebilderte Seiten mit hohem Aufforderungscharakter
- ✔ Bilder für viele Gesprächsimpulse, Wortschatzerweiterung und Schreibanlässe
- ✔ Lösungen zur Selbstkontrolle
- ✔ Beilage für Pädagoginnen, Pädagogen und Eltern



Ab Klasse  
2

5-er Pack Stickerkarten plus Leitfaden | Bestell-Nr. 3998 | 4,50 €

## Stickerspaß mit der Ernährungs- pyramide – für Grundschul Kinder

So viele bunte Sticker! Die Sticker und das Wimmelbild begeistern Ihre Kinder und bieten viele Gesprächsanlässe. Damit ist der Stickerspaß für die Schule doppelt interessant: zur Gesundheitsförderung und Wortschatzerweiterung. Wie Sie den Stickerspaß mit Praxis und weiteren Aktionen verknüpfen können, erfahren Sie im Leitfaden.

### Die Vorteile auf einen Blick:

- ✔ bunte Bilder mit viel Erzählpotenzial für Leseanfänger
- ✔ über 50 ablösbare Lebensmittelsticker und 17 Bewegungssticker
- ✔ spielerische Einführung der Ernährungspyramide
- ✔ Leitfaden mit Ideen für Gruppengespräche und kleine Aktionen
- ✔ 2 Bewegungsgeschichten zum kostenfreien Download



Impressum

**1684/2017****Herausgeberin**Bundesanstalt für Landwirtschaft  
und Ernährung (BLE)

Präsident:

Dr. Hanns-Christoph Eiden

Deichmanns Aue 29

53179 Bonn

Telefon: 0228 / 68 45 - 0

www.ble.de, www.bzfe.de

**Text und Redaktion**Melanie Braukmann, Bonn  
Dr. Ingrid Brüggemann, BLE**Illustrationen**

Dorothea Tust, 50677 Köln

**Fotos**

Titelbild: © Rido – Fotolia.com

Übrige: Siehe Bildrand

**Grafik**

Arnout van Son

Bachstraße 32

53347 Alfter

**Druck**

MKL Druck GmbH &amp; Co. KG

Graf-Zeppelin-Ring 52

48346 Ostbevern

Dieses Produkt wurde  
in einem klimaneutralen  
Druckprozess mit Farben aus  
nachwachsenden Rohstoffen  
hergestellt.Das Papier besteht zu 100 %  
aus Recyclingpapier.Nachdruck und Vervielfälti-  
gung – auch auszugsweise  
– sowie Weitergabe mit Zusät-  
zen, Aufdrucken oder Aufkle-  
bern nur mit Zustimmung der  
BLE gestattet.

1. Auflage

ISBN 978-3-8308-1279-1

**Systemvoraussetzungen**Die pdf-Dateien sind lesbar mit Adobe Reader®  
ab Version 5.0. Die Word-Dateien sind lesbar ab Microsoft Word 2003.**Hinweise zur Nutzung**

Für Vollständigkeit, Fehler redaktioneller und technischer Art, Auslassungen usw. sowie die Richtigkeit der Eintragungen kann keine Haftung übernommen werden. Insbesondere kann keine Gewähr für die Vollständigkeit und Richtigkeit von Informationen übernommen werden, die über weiterführende Links erreicht werden. Anbieter sind für die eigenen Inhalte, die sie zur Nutzung bereithalten, nach den allgemeinen Gesetzen verantwortlich. Von diesen eigenen Inhalten sind Querverweise auf die von anderen Anbietern bereitgehaltenen Inhalte zu unterscheiden. Die Verweise durch Links auf Inhalte fremder Webseiten dienen lediglich der Information. Die Verantwortlichkeit für diese fremden Inhalte liegt allein bei dem Anbieter, der die Inhalte bereithält. Vor dem Einrichten des entsprechenden Verweises sind die Web-Seiten der anderen Anbieter mit großer Sorgfalt und nach bestem Wissen und Gewissen überprüft worden. Es kann jedoch keine Gewähr für die Vollständigkeit und Richtigkeit von Informationen übernommen werden, die über weiterführende Links erreicht werden. Der Inhalt der anderen Web-Seiten kann jederzeit ohne Wissen der Redaktion der Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung geändert werden. Für sämtliche Links auf diesen Seiten gilt: Wir betonen, dass wir keinen Einfluss auf die Gestaltung und die Inhalte der durch Link von unserer Homepage aus erreichbaren Seiten anderer Anbieter haben und unseren Inhalt nicht zu eigen machen. Diese Erklärung gilt für alle angebrachten Links. Falls die Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung auf Seiten verweist, deren Inhalt Anlass zur Beanstandung gibt, bittet die Redaktion um Mitteilung.

Medienpaket

Bestell-Nr. 3941

40,00 €

Ab Klasse  
**3****Der Ernährungsführerschein – Das Erfolgskonzept**

Schluss mit dem theoretischen Ernährungswissen!

In 6 oder 7 Doppelstunden bereiten die Kinder selbstständig kleine kalte Gerichte im Klassenzimmer zu und genießen eine schöne Essatmosphäre. Damit wirklich alle Kinder den Führerschein erwerben können, bietet die CD ergänzende, vielfältige Materialien zur Differenzierung.

**Das gehört zum Grundpaket:**

- ✓ Lehrerheft mit detaillierten Unterrichtsverläufen
- ✓ Heft mit 57 Kopiervorlagen und 2 Poster
- ✓ jeweils 30 farbige Elternbriefe, Prüfungsbögen, Führerscheine
- ✓ Heft zur Ernährungspyramide „Richtig Essen lehren und lernen“

**Das bietet Ihnen die ergänzende CD:**

- ✓ vereinfachte Rezeptdarstellungen
- ✓ Kater Cook als Starschnitt zur interaktiven Nutzung
- ✓ Kopiervorlagen in 3 Niveaustufen mit Sprachförderung
- ✓ Lösungen zur Selbstkontrolle
- ✓ Word-Dokumente zur eigenen Bearbeitung



CD-ROM

Bestell-Nr. 3491

9,00 €



**Bundeszentrum  
für Ernährung**

Das Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) ist das Kompetenz- und Kommunikationszentrum für Ernährungsfragen in Deutschland.

Wir informieren kompetent rund ums Essen und Trinken. Neutral, wissenschaftlich fundiert und vor allem ganz nah am Alltag. Unser Anspruch ist es, die Flut an Informationen zusammenzuführen, einzuordnen und zielgruppengerecht aufzubereiten.



Bestell-Nr.: 1684  
Preis: 12,50 €

[www.BZfE.de](http://www.BZfE.de)