



# Station Lebensmittelfan

## Tonne oder Teller?

Wusstest du, dass jede:r von uns pro Jahr 75 kg Lebensmittel in den Müll wirft?

Lebensmittelverschwendung kommt uns also richtig teuer zu stehen: und leider nicht nur unserem Geldbeutel, sondern auch unserem Klima. Besonders die Produktion tierischer Lebensmittel verursacht viel CO<sub>2</sub>, das für unsere Luft sehr schädlich ist.



### Aufgabe 1: Wie viel Geld landet in der Mülltonne?

Wie viel Geld landet in der Mülltonne, wenn eine Person 75 Kilogramm Lebensmittel im Jahr wegwirft?

Entscheidet gemeinsam in der Gruppe, welche von den vier Karten auf dem Tisch die richtige Antwort hat: Ist es das Handy im Wert von 200 Euro oder der Bluetooth-Kopfhörer in Wert von 80 Euro?

Schreibt eure Lösung (Gegenstand + Euro) mit dem Edding auf zwei der weißen Karten auf dem Tisch. Eine beschriftete Karte werft ihr in die Mülltonne und die zweite beschriftete Karte nimmt eine:r von euch mit bis zur Abschlussrunde.

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

 Aufgabe 2: Tonne oder Teller?

Ihr habt Hunger und wollt euch etwas zu Essen kochen. In der Küche findet ihr älteres Obst und Gemüse, Speisereste sowie abgelaufene und teils angeschimmelte Lebensmittel.

Auf dem Tisch befindet sich ein Teller sowie eine Mülltonne. Schaut euch die Fotokarten mit den abgebildeten Lebensmitteln auf dem Stationstisch an. Zieht eine Karte und lest die Informationen auf der Rückseite der Karte den anderen in der Gruppe vor. Dann entscheidet ihr gemeinsam:

- a) Welche Lebensmittelkarten ihr auf den **Teller** legt, also welche Lebensmittel noch gegessen werden können und
- b) Welche Lebensmittel ihr in die **Mülltonne** werft, weil sie verdorben sind.

**Tip:** Lest euch vorher das Blatt „Hintergrundinformationen“ durch. Ihr findet es auf dem Stationstisch.

Ordnet die Karten dem Teller oder der Tonne zu und tragt euer Gruppenergebnis bitte in diese Tabelle ein. Eine:r soll das Blatt mit bis zur Abschlussrunde nehmen.

| Teller | Tonne |
|--------|-------|
|        |       |
|        |       |
|        |       |
|        |       |
|        |       |
|        |       |



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

### Aufgabe 3: Prüfkriterien „Ist das noch gut oder kann das weg?“

Mit verschiedenen Tipps und Tricks und der Beachtung des Mindesthaltbarkeits- und Verbrauchsdatums könnt ihr es schaffen, nicht mehr so viel Geld in die Tonne zu werfen und auch etwas Gutes für unsere Umwelt zu tun. Und ihr lernt, wie man aus Speise- oder Lebensmittelresten kreative, neue Rezepte erstellen kann.

Ihr habt in der Aufgabe 2 viele Informationen erhalten, woran ihr erkennt, ob ein Lebensmittel noch gut ist oder in die Tonne gehört. Diskutiert nun in der Gruppe, welches Prüfkriterien ihr wann zur Beurteilung des Lebensmittels für richtig haltet. Kreuzt es dann in der Tabelle an. Eine:r soll das Blatt mit bis zur Abschlussrunde nehmen.

**Tip:** Nehmt hier noch einmal die Rückseiten der Lebensmittel zur Hilfe.

#### Prüfkriterien „Ist das noch gut oder kann das weg?“

| Lebensmittel  | Kriterien |           |       |
|---|-----------|-----------|-------|
|   | Riechen   | Schmecken | Sehen |
| Brot, schimmelig  |           |           |       |
| Banane, braun   |           |           |       |
| Hackfleisch, drei Tage nach Ablauf des Verbrauchsdatums |           |           |       |
| Tomate, weich   |           |           |       |
| Joghurt, fünf Tage nach Ablauf des MHD                  |           |           |       |

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

## \* Aufgabe 4: Resteverwertung\*

Es ist Sonntagabend und du möchtest dir etwas zu Essen zubereiten. Im Kühlschrank befinden sich nur Speisereste sowie restliches Obst und Gemüse von dieser Woche, da ihr immer erst am Montag einkaufen fahrt.

- Lass deiner Kreativität freien Lauf und erstelle ein Gericht für zwei Personen aus den unten genannten Zutaten.
- Verwende nur die Zutaten, welche du auch essen würdest und benötigst.
- Schreibe dein Rezept inkl. Zutaten und Zubereitung auf dem vorgegebenen Arbeitsblatt auf.
- Gib dem Rezept im Anschluss noch einen Namen.

**Tipp:** Zur Inspiration könnt ihr gerne das „Reste-ABC“ Heft und die „Top-Rezepte“ zur Hand nehmen.

### Zutaten:

- Äpfel
- Bananen
- Kartoffeln
- Karotten
- Tomaten
- Joghurt
- Milch
- Käsescheiben
- Brötchen
- Hähnchenbrustfilet, gebraten

**Im Vorratsschrank befinden sich zusätzlich:** Speiseöl, Essig, Mehl, Zucker, Salz, Pfeffer, Zitronen, Zwiebeln, Knoblauch, Sojasoße, Gemüsebrühe, getrocknete Chillischoten, Linsen

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

**Rezeptname:**

---

**Zutaten:**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Zubereitung:**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

**\*  Aufgabe 5: Wie gut kennst du dich aus? \***

Fülle den untenstehenden Lückentext mit den vorgegebenen Worten aus.

**Tipp:** Nimm noch einmal das Arbeitsblatt mit den Hintergrundinformationen zur Hand.

**Einzusetzende Wörter:** überschritten, Verbrauchsdatum, Keime, Fleisch und Fisch, Mindesthaltbarkeitsdatum, riecht, schmeckt und aussieht, mindestens, Joghurt und Nudeln, genießbar, 1/3

\_\_\_\_\_ unserer Lebensmittel werden in Deutschland weggeworfen. Dabei könnten noch einige Lebensmittel verzehrt werden. Auf den Verpackungen wird das "Mindesthaltbarkeitsdatum" oder auch das "Verbrauchsdatum" gekennzeichnet. Daran könnt ihr euch orientieren, ob ein Lebensmittel weggeworfen werden muss oder noch gegessen werden kann.

Wenn das \_\_\_\_\_ überschritten wird, darf das Lebensmittel nicht mehr verkauft werden und ihr solltet es nicht mehr essen. Das sind beispielsweise \_\_\_\_\_, die schnell verderben. Es können sich \_\_\_\_\_ vermehren, die krank machen können. Diese Lebensmittel müssen nach Ablauf des Datums weggeworfen werden.

Das \_\_\_\_\_ wird bei verpackten Lebensmitteln verwendet, bei denen der Hersteller die Qualität bis \_\_\_\_\_ zu diesem Datum bei richtiger Lagerung garantiert ist. Das sind zum Beispiel Lebensmittel wie \_\_\_\_\_. Diese Lebensmittel dürfen nach Ablauf des Datums noch im Handel verkauft werden und sind meistens noch \_\_\_\_\_.

Sollte das Mindesthaltbarkeitsdatum des Lebensmittels \_\_\_\_\_ sein, kannst du ganz leicht kontrollieren, ob du das Produkt noch essen darfst. Wenn das Lebensmittel noch gut \_\_\_\_\_, dann kannst du es auch ohne Sorgen essen.

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages