

# Mission: Hülsenfrüchte entdecken

Projekttag für Schulkinder

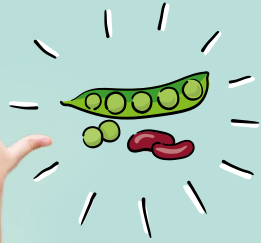


# Mission: Hülsenfrüchte entdecken

## Einleitung

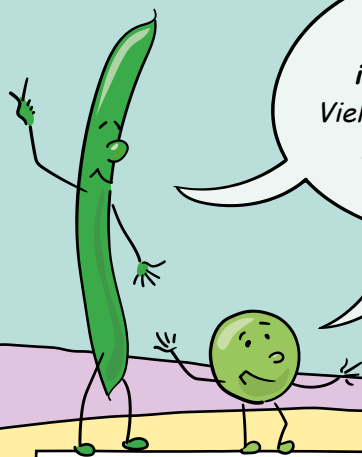
In vielen Ländern der Welt sind Hülsenfrüchte Grundnahrungsmittel, denn sie sättigen, liefern viele Proteine und haben positive Effekte auf die Gesundheit. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) empfiehlt mindestens eine Portion Hülsenfrüchte pro Woche. Es dürfen aber gerne mehr sein. Mit jeder Portion Hülsenfrüchte tragen wir aktiv zum Klima- und Umweltschutz bei. Vor allem dann, wenn wir sie statt Fleisch oder anderen tierischen Lebensmitteln essen. Denn im Schnitt haben Hülsenfrüchte eine deutlich bessere Klimabilanz.

Foto: © Krakenimages.com – stock.adobe.com



## Die Mission

Die meisten Deutschen essen zu wenig Hülsenfrüchte. Gründe dafür sind unter anderem geschmackliche Vorbehalte und fehlendes Zubereitungswissen. Hier knüpft diese Mission an: Die Kinder erfahren, was diese bunte, große Lebensmittelgruppe ausmacht. Bei ihrer Mission erkunden sie Herkunft und Anbau von Hülsenfrüchten – ganz nach dem Motto: Vom Acker auf den Teller. Sie lernen neue Gerichte kennen, bereiten sie selbst zu, lassen Mitschülerinnen und Mitschüler probieren und geben ihre Ideen ins Elternhaus oder in die Mensa weiter.



*Getrocknete Hülsenfrüchte  
immer vor dem Verzehr kochen.  
Viele müssen auch eingeweicht werden.  
Aus Dosen oder Gläsern sind sie  
direkt essbar.*



Foto: © x.marynka – stock.adobe.com

## Hintergrundinformationen

Erzeugung von Lebensmitteln:

[www.bzfe.de/kueche-und-alltag/vom-acker-bis-zum-teller/huelsenfruechte](http://www.bzfe.de/kueche-und-alltag/vom-acker-bis-zum-teller/huelsenfruechte)

## Unser Ansatz – Ihr Projekttag

Mit dem vorliegenden Material erhalten Sie einen Fundus an Ideen, die ganz variabel einsetzbar sind. Sie sind unterschiedlich lang und eignen sich für verschiedene Gruppengrößen. Wählen Sie einfach aus, was für Ihren Projekttag und Ihre Gruppe am besten passt.

Projekttag sind ideal für handlungsorientiertes und selbstständiges Lernen. Durch die kreative und teamorientierte Arbeit an verschiedenen Fragestellungen und die aktive Mitgestaltung der Essumgebung kann es gelingen, die Kinder für Ernährungsthemen zu begeistern. Die Kinder entwickeln ein Bewusstsein für den Wert unserer Lebensmittel, führen Interviews, hinterfragen das Essensangebot an ihrer Schule, experimentieren und bereiten selbst kleine Speisen zu. Das bahnt umweltgerechtes, nachhaltiges Handeln an.

## So kann Ernährungsbildung gelingen

### An den Esserfahrungen und Wünschen anknüpfen

Jeder Tag bietet Möglichkeiten, Neues anzustoßen. Binden Sie das Vorwissen der Kinder mit ein und lassen Sie sie mitentscheiden.

*Welches Gemüse und Obst kennt ihr? Was gibt es in der Mensa?*

*Was wollt ihr probieren?*

### Offen sein und nicht vorschnell werten

„Gesund“ ist für Kinder kein Grund, etwas zu essen oder zu trinken. Zeigen Sie lieber, wie gut es Ihnen schmeckt. Seien Sie offen für persönliche Vorlieben und Abneigungen.

*Lecker! Möchtest du auch probieren?*

*Wie schmeckt es DIR?*

### Alle Lebensmittel und die Umwelt wertschätzen

Wo geht es beim Einkauf, beim Kochen und mit Resten klimafreundlicher?

*Der schrumpelige Apfel ist zu schade für den Müll. Im Müsli schmeckt er mir prima.*

*Die Tomaten sind unverpackt und kommen von hier.*

### Den Kindern helfen, es selbst zu tun

Fragen beantworten und Handgriffe zeigen: Lassen Sie die Kinder möglichst viel selber machen. Das Ergebnis muss nicht perfekt sein.

*So kannst du die Gurke klein schneiden.*

### Positives Erleben ermöglichen

Kinder freuen sich über Lob für ihre selbstgemachten Speisen und Getränke. Sie genießen es in fröhlicher Runde, in Ruhe und mit allen Sinnen zu essen und zu trinken.

*Das macht ihr toll!*

*Guten Appetit!*

### Zum Weitermachen motivieren

Ermutigen Sie die Kinder, die neuen Ideen nach Hause zu tragen. Überlegen Sie gemeinsam, was sich in der Schule verbessern lässt.

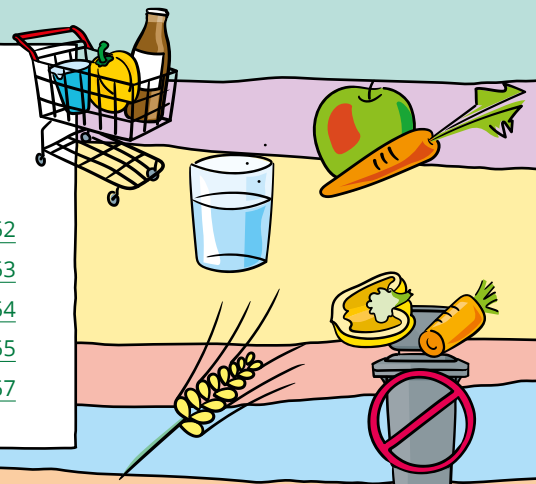
*Wen wollt ihr mit eurem Rezept überraschen?*

*Was ist euch gut gelungen?*

## Weitere Missionen

Sie haben mehr als einen Tag Zeit? Sie suchen nach weiteren Ideen für Projekttag zu Ernährungsthemen? Hier werden Sie fündig!

- ▶ Mission: Lebensmittel einkaufen [www.ble-medien-service.de/0952](http://www.ble-medien-service.de/0952)
- ▶ Mission: Wasser trinken [www.ble-medien-service.de/0953](http://www.ble-medien-service.de/0953)
- ▶ Mission: Obst und Gemüse erkunden [www.ble-medien-service.de/0954](http://www.ble-medien-service.de/0954)
- ▶ Mission: Getreide aufspüren [www.ble-medien-service.de/0955](http://www.ble-medien-service.de/0955)
- ▶ Mission: Lebensmittel retten [www.ble-medien-service.de/0957](http://www.ble-medien-service.de/0957)



## Ideen für Ihren Projekttag

In der nachfolgenden Tabelle sind einige Ideen aufgeführt, die Sie mit den Kindern umsetzen können. Die Auswahl und Reihenfolge bleiben Ihnen überlassen.

Tipp: Nutzen Sie den [Vordruck](#), um für Ihre Mission zu werben.

Eine Orientierung, wie viel Zeit Sie benötigen, bieten folgende Symbole:



etwa 30 Minuten



etwa 30–60 Minuten



länger als 60 Minuten

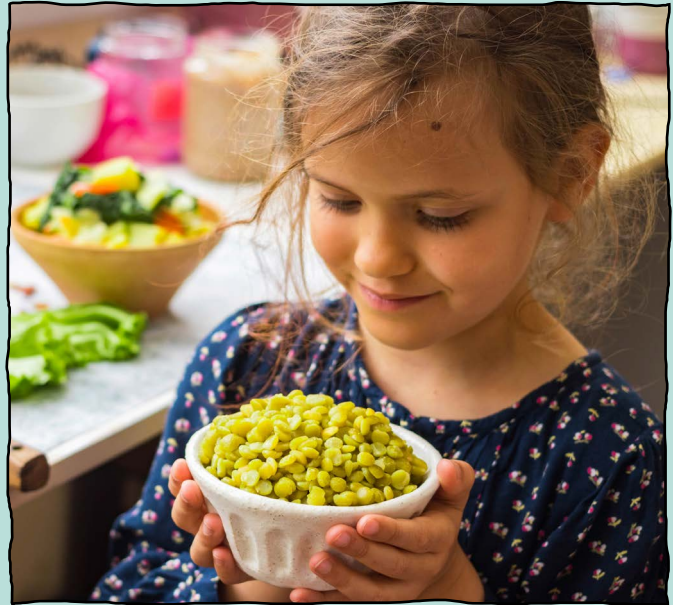


























Foto: © Viktor Kochetkov – stock.adobe.com

Idee	Methode, Aktion	Hinweise, Material
<b>Ins Thema einsteigen</b>		
<b>So vielseitig sind Hülsenfrüchte</b> verschiedene Hülsenfrüchte benennen	Gespräch, Zuordnung, Quiz 	Was sind Hülsenfrüchte? Was kennt ihr? Was mögt ihr? Was ist daran so wertvoll? verschiedene trockene Hülsenfrüchte und/oder im Glas zum Zeigen Wort-/Bildkarten zu Hülsenfrüchten ( <a href="#">AB1</a> ) Alternativ können die Kinder in einem digitalen Quiz Hülsenfrüchte richtig benennen. Tablet oder interaktives Whiteboard Quiz: <a href="https://learningapps.org/view19590604">https://learningapps.org/view19590604</a>
<b>Gibt es Linsenbäume?</b> den Anbau am Beispiel Linse kennenlernen	Videoclip Fragerunde 	Tablet oder interaktives Whiteboard Videoclip: <a href="http://www.planet-schule.de/schwerpunkt/frage-trifft-antwort/wie-werden-linsen-angebaut-film-100.html">www.planet-schule.de/schwerpunkt/frage-trifft-antwort/wie-werden-linsen-angebaut-film-100.html</a> (3 min) Fragen zum Videoclip ( <a href="#">AB2</a> ) Nutzen Sie die Fragen auf <a href="#">AB2</a> für eine bewegte Fragerunde. Die Kinder kreuzen die richtige Antwort nicht an, sondern positionieren sich entsprechend an einer Stelle. Einzelne Kinder können ihre Antwort begründen.
<b>Was sind Ackerbohnen?</b> den Anbau am Beispiel Ackerbohne kennenlernen	Videoclip, Fragerunde 	Tablet oder interaktives Whiteboard Videoclip: <a href="http://www.planet-schule.de/schwerpunkt/wissenshappen/wissenshappen-ackerbohne-film-100.html">www.planet-schule.de/schwerpunkt/wissenshappen/wissenshappen-ackerbohne-film-100.html</a> (4 min) Fragen zum Videoclip ( <a href="#">AB3</a> ) Nutzen Sie die Fragen auf <a href="#">AB3</a> für eine bewegte Fragerunde. Die Kinder kreuzen die richtige Antwort nicht an, sondern positionieren sich entsprechend an einer Stelle. Einzelne Kinder können ihre Antwort begründen.

## Kochen und probieren

<p><b>Was rappelt da?</b> Hülsenfrüchte unterscheiden und zuordnen</p>	<p>Hörexperiment, Memo-Spiel</p> 	<p>Füllen Sie verschieden große, trockene Hülsenfrüchte in jeweils zwei blickdichte Dosen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li> getrocknete Hülsenfrüchte (z. B. rote Linsen, Kichererbsen, dicke Bohnen, Kidneybohnen...)</li> <li> 8 bis 12 blickdichte Dosen (z. B. kleine Metallgewürzdosen)</li> <li> Wort-/Bildkarten zu Hülsenfrüchten (<a href="#">AB1</a>)</li> </ul> <p>Die Kinder ordnen durch Schütteln der Dosen die jeweils passenden Paare zueinander. Anschließend sortieren sie die Paare zur richtigen Bildkarte.</p>
<p><b>Bunte Bohnenbande</b> verschiedene Hülsenfrüchte in einem Salat probieren</p>	<p>Zubereitung</p> 	<p>Mit Hilfe der Anleitung die Gruppen einteilen und Aufgaben anleiten.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li> Anleitung für die Salatbar zum Projizieren (<a href="#">AB4</a>)</li> </ul> <p>Die Kinder bereiten die Salatbar vor.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li> Rezept: Salatsoße, ausgedruckt für eine Gruppe (<a href="#">AB5</a>)</li> <li> Zutaten und Arbeitsgeräte lt. Rezept</li> <li> Salat und Gemüse nach Wahl</li> <li> verschiedene, verzehrfertige Hülsenfrüchte nach Wahl (z. B. Kichererbsen, kleine weiße Bohnen, Kidneybohnen, Linsen)</li> <li> Schilder für die Namen der Hülsenfrüchte</li> <li> ggf. Dosenöffner</li> <li> Abtropfsieb</li> <li> Schneidebretter und Küchenmesser</li> <li> Schälchen und Löffel</li> </ul> <p>Wenn die Salatbar fertig ist, probieren sie die verschiedenen Hülsenfrüchte und halten ihre Eindrücke auf <a href="#">AB6</a> fest.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li> Meine Bunte Bohnenbande (<a href="#">AB6</a>) für jedes Kind</li> </ul>
<p><b>Rezept: Hummus</b> Kichererbsen zubereiten und probieren</p>	<p>Zubereitung</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li> Rezept: Hummus (<a href="#">AB7</a>)</li> <li> Zutaten und Arbeitsgeräte lt. Rezept</li> <li> Vollkornbrot in Stückchen zum Probieren des Hummus, alternativ Gemüsesticks und/oder selbstgebackene Brötchen aus der „Mission: Getreide aufspüren“ (<a href="http://www.ble-medienservice.de/0955">www.ble-medienservice.de/0955</a>)</li> </ul>
<p><b>Rezept: Linsen-Möhren-Aufstrich</b> Linsen zubereiten und probieren</p>	<p>Zubereitung</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li> Rezept: Linsen-Möhren-Aufstrich (<a href="#">AB8</a>)</li> <li> Zutaten und Arbeitsgeräte lt. Rezept</li> <li> Vollkornbrot in Stückchen zum Probieren des Aufstrichs, alternativ Gemüsesticks und/oder selbstgebackene Brötchen aus der „Mission: Getreide aufspüren“ (<a href="http://www.ble-medienservice.de/0955">www.ble-medienservice.de/0955</a>)</li> </ul>

Ob in der Schulküche oder im Klassenzimmer:

**Hygiene ist wichtig!**

Mehr dazu unter:  
[www.bzfe.de/hygiene](http://www.bzfe.de/hygiene)

## Kochen und probieren

**Die Klimahelden vorstellen**  
verschiedene Hülsenfrüchte oder Rezepte vorbereiten, in der Pause anbieten und Rückmeldungen sammeln

Zubereitung, Gespräch, Kreativarbeit

Ergänzende Idee nach der Zubereitung von Hummus und Linsen-Möhren-Aufstrich: Die Kinder bereiten einen Pausensnack vor und lassen ihre Mitschülerinnen und Mitschüler probieren. Sie kommen ins Gespräch und fragen: Was kennt ihr? Woher kennt ihr es? Was mögt ihr?

- Hummus mit Gemüsesticks, Linsen-Möhren-Aufstrich auf Vollkornbrot oder andere Probierhappen
- Teller
- Servietten
- Wort-Bild-Karten ([AB1](#)) oder trockene Hülsenfrüchte in Gläsern zum Zeigen woraus die Probierhappen bestehen

## Erkunden und (mit)gestalten

**Wer mag was?**  
Mitschülerinnen und Mitschüler der Schule zu ihren Vorlieben befragen

Umfrage

Die Kinder erstellen einen Umfragebogen, mit dem sie Erfahrungen ihrer Mitschülerinnen und Mitschüler zu Hülsenfrüchten erfragen.  
Diese Idee lässt sich gut mit „Die Klimahelden vorstellen“ verknüpfen.

**Welche Hülsenfrüchte gibt es in der Mensa?**  
das Schulangebot erkunden

Forschungsauftrag

Hülsenfrüchte-Check in der Mensa ([AB9](#))  
Die Kinder nehmen das Mensaangebot mithilfe des Checks ([AB9](#)) unter die Lupe. Im Anschluss tragen sie die Wünsche für das Essensangebot an die Verantwortlichen weiter.  
Diese Idee lässt sich gut mit der Umfrage „Wer mag was?“ verknüpfen. Dann können die Kinder auch die Wünsche der anderen weitergeben.

**Klimahelden anpflanzen**  
(Schul-) Gartenideen entwickeln und umsetzen

Gärtnern

Entwickeln Sie mit den Kindern Ideen für den Anbau auf Ihrem Schulgelände. Gut eignen sich Buschbohnen, dicke Bohnen, Erbsen und Stangenbohnen mit folgenden Aussaatzeiten (gelb) und Erntezeiten (rot):  
Wichtige Fragen: Wer kann unterstützen? Wo ist der beste Standort? Wer kümmert sich in den Sommerferien? Was passiert mit der Ernte? ...  
Ideen und Anregungen mit einer Checkliste für Gemüseanbau finden Sie hier: [www.bzfe.de/schule-und-kita/schulleben-gestalten/gartenideen-fuer-eine-essbare-schule](http://www.bzfe.de/schule-und-kita/schulleben-gestalten/gartenideen-fuer-eine-essbare-schule)

### Hülsenfrüchte

Kultur			Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez
<b>Buschbohne</b> ↔ 45 ↓ 7	●	○												
<b>Dicke Bohne</b> ↔ 60 ↓ 12	○	○												
<b>Erbse</b> ↔ 40 ↓ 4	●	○												
<b>Stangenbohne*</b> ↔ 80 ↓ 80	○	○												

\* 6-8 Pflanzen pro Stange



Quelle: Aussaatkalender:  
[www.ble-medien-service.de/0071](http://www.ble-medien-service.de/0071)



# Mission: Hülsenfrüchte entdecken



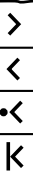
**Was machen wir?**

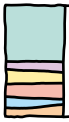
**Wer kann mitmachen?**

**Was bringt ihr mit?**

**Wo treffen wir uns?**















**Wer leitet die Mission?**



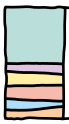


# So vielseitig sind Hülsenfrüchte



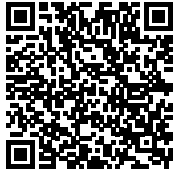
die Bohnen		
die Gartenbohnen		
die Sojabohnen		
die Kichererbsen		
die Linsen		
die Schälerbsen		
die Erdnüsse		





## Gibt es Linsenbäume?

[www.planet-schule.de/schwerpunkt/frage-trifft-antwort/wie-werden-linsen-angebaut-film-100.html](http://www.planet-schule.de/schwerpunkt/frage-trifft-antwort/wie-werden-linsen-angebaut-film-100.html)



Seht euch den Film an.  
Was stimmt? Kreuzt an:

- 1** Warum werden Linsenpflanzen gemeinsam mit Getreide angebaut?
  - Weil es schöner aussieht.
  - Damit besser zu erkennen ist, was auf dem Acker wächst.
  - Das Getreide dient als Stütze.
- 2** Welchen Teil der Pflanze essen wir?
  - Die Samen. Sie reifen in einer Hülse heran.
  - Die dünnen Blätter. Sie wachsen oben am Stiel.
  - Die Knöllchen. Sie wachsen an den Wurzeln unter der Erde.
- 3** Wie lange sind getrocknete Linsen haltbar?
  - ein paar Tage
  - mehrere Monate
  - mehr als 20 Jahre



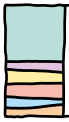
## Was sind Ackerbohnen?

[www.planet-schule.de/schwerpunkt/wissenshappen/wissenshappen-ackerbohne-film-100.html](http://www.planet-schule.de/schwerpunkt/wissenshappen/wissenshappen-ackerbohne-film-100.html)



Seht euch den Film an.  
Was stimmt? Kreuzt an:

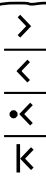
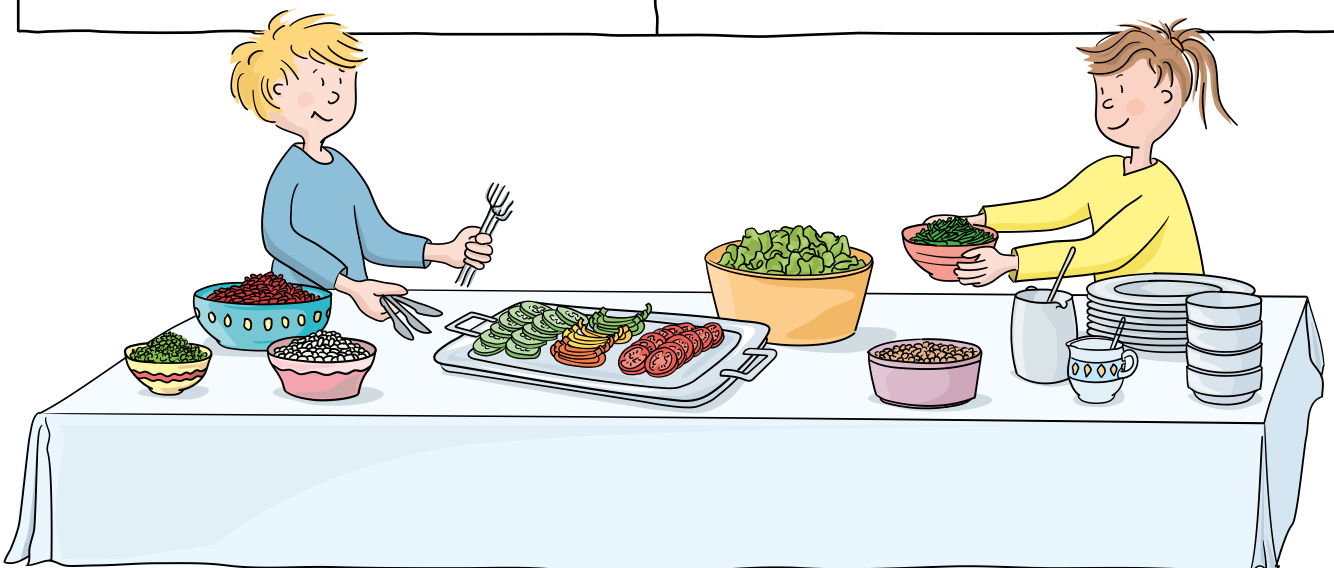
- 1** Wo wachsen die Bohnenhülsen?
  - an den Wurzeln
  - in der Blüte
  - im Stängel
- 2** Wer kann Ackerbohnen essen?
  - nur Tiere
  - nur Menschen
  - beide
- 3** Was machen Knöllchenbakterien?
  - Sie entziehen der Pflanze Stickstoff und Wasser.
  - Sie versorgen die Pflanze mit Stickstoff aus der Luft und helfen ihr beim Wachsen.
  - Sie versorgen die Pflanze mit Wasser aus dem Boden.

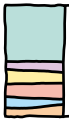


# Salatbar: Bunte Bohnenbande

Erstellt eine bunte Salatbar mit verschiedenen Hülsenfrüchten.  
Verteilt dazu folgende Aufgaben:

Was?	Wer? Welche Gruppe?
Salat waschen, schleudern, klein zupfen und in Schüsseln füllen.	
Tomaten, Gurken, Paprika oder anderes Gemüse waschen und klein schneiden. In Schüsseln füllen.	
Salatsoße zubereiten (siehe Rezept)	
Hülsenfrüchte aus dem Glas in einem Sieb abgießen und unter fließendem Wasser abwaschen. In Schälchen füllen. Schilder beschriften und dazustellen.	
Einen Büfettisch herrichten und dekorieren.	





# Salatsoße

## Zutaten:

- 1 Zitrone
- 125 g Naturjoghurt
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer

## Arbeitsgeräte:

- Küchenmesser
- Schneidebrett
- Zitronenpresse
- Salatschüssel
- Esslöffel
- Schneebeesen



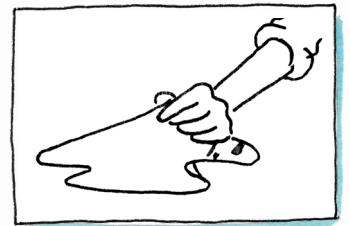
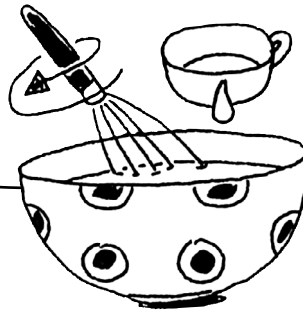
## So wird es gemacht:

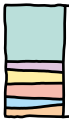
- 1 Schneide die Zitrone in zwei Hälften und presse sie aus.



- 2 Gib 2 EL Zitronensaft, 6 EL Joghurt und je 1 Prise Salz und Pfeffer in die Schüssel.

- 3 Rühre die Salatsoße mit dem Schneebeesen.

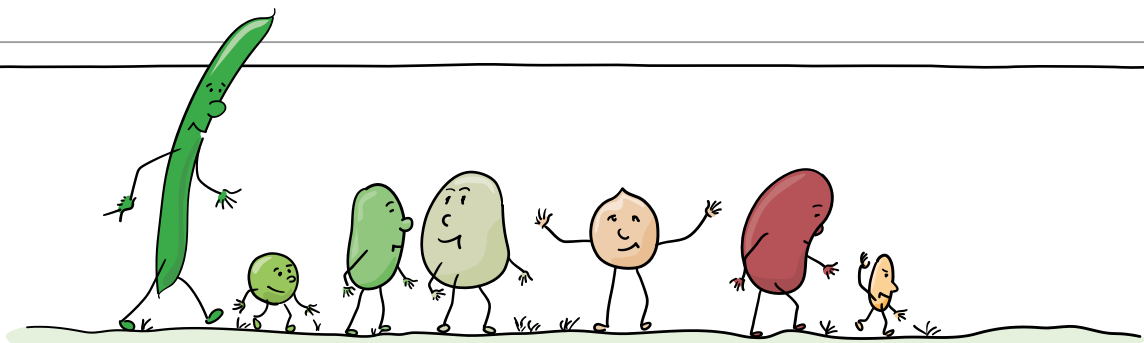
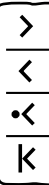




# Meine bunte Bohnenbande

Trage ein, welche Hülsenfrüchte du probiert hast.  
Welche schmecken dir besonders gut?

Name der Hülsenfrucht	Kannst du sie schon?	Wie hat sie dir geschmeckt? Male aus oder kreuze an.
	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein	
	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein	
	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein	
	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein	
	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein	
	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein	
Was hat dich überrascht? Was möchtest du noch sagen?		
<hr/> <hr/> <hr/>		
Was möchtest du zu Hause nachkochen? Mit welchem Gericht?		
<hr/> <hr/> <hr/>		



# Hummus

## Zutaten für 4 Portionen:

1 Glas Kichererbsen  
(ca. 220 g Abtropfgewicht)

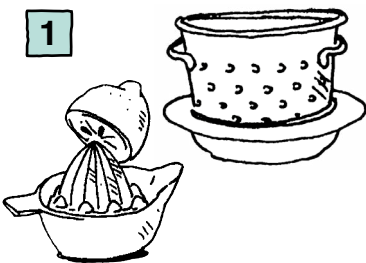


4 EL Kichererbsen-Wasser  
4 EL kaltes Wasser  
1 Zitrone  
1 EL Olivenöl  
½ TL Kreuzkümmel  
½ TL Jodsalz  
1 TL Sesampaste (Tahin)  
nach Geschmack

## Arbeitsgeräte:

Abtropfsieb mit Schüssel  
hohe Rührschüssel  
Zitronenpresse  
Küchenmesser  
Pürierstab  
3 Teelöffel  
1 Eszlöffel  
1 kleine Schüssel

## So wird es gemacht:



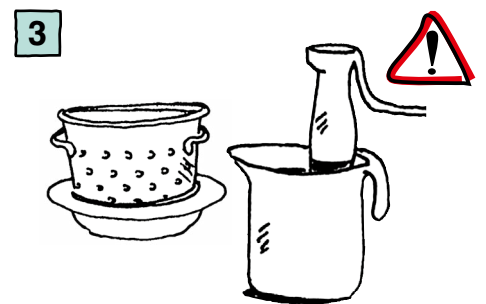
1

Gieße die Kichererbsen in das Abtropfsieb. Fange das Kichererbsen-Wasser mit der Schüssel auf. Presse eine Zitrone aus.



2

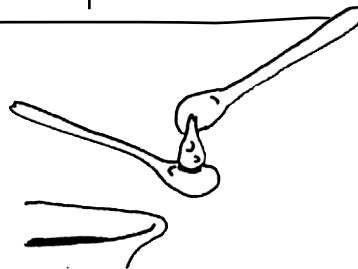
Gib 4 EL Kichererbsen-Wasser, 3 EL Zitronensaft, 4 EL kaltes Wasser und etwas Salz in eine Rührschüssel. Mixe alles, bis es schaumig ist. Lass dir dabei von Erwachsenen helfen.



3

Gib die Kichererbsen, das Öl, den Kreuzkümmel und je nach Geschmack etwas Sesampaste hinzu. Mixe alles gründlich durch.

4

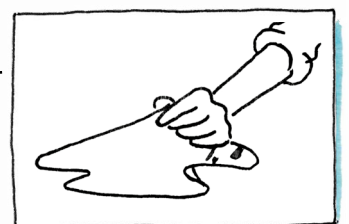


Mache die Abschmeckprobe. Schmeckt es dir? Bei Bedarf etwas mehr Zitronensaft, Tahin oder Gewürze hinzugeben. Sollte die Masse zu fest sein, noch 1 EL Wasser dazugeben, um die richtige Konsistenz zu erreichen.

5



Fülle den Hummus in die kleine Schüssel um.





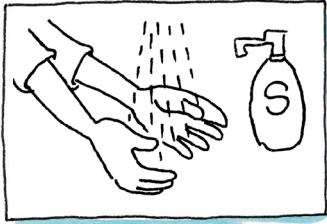
# Linsen-Möhren-Aufstrich

## Zutaten für 6 Portionen:

2	Möhren	2 EL	Rapsöl
½	rote Zwiebel	1 TL	Zitronensaft
1	Knoblauchzehe	½ TL	Jodsalz
150 g	rote Linsen		etwas Pfeffer

## Arbeitsgeräte:

Schneidebrett  
Küchenmesser  
Sparschäler  
Topf  
Pürierstab  
3 Teelöffel  
1 kleine Schüssel



## So wird es gemacht:

1



Wasche die Möhren.

2

Schäle die Möhren, die Zwiebel und den Knoblauch. Schneide die Möhren und die Zwiebel in kleine Stücke.

3

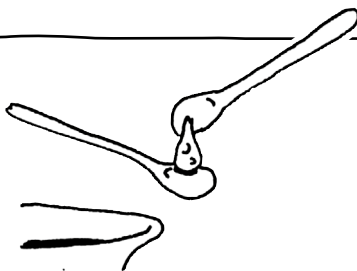
Gib die Linsen, die Möhren, die Zwiebel und den Knoblauch in einen Topf. Fülle mit Wasser auf, bis alles leicht bedeckt ist, und koche es ca. 10 Minuten, bis die Linsen und Möhren weich sind. Lass dir dabei von Erwachsenen helfen.

4



Lass die Mischung etwas abkühlen und püriere sie dann mit Rapsöl, Zitronensaft, Salz und Pfeffer zu einer cremigen Paste. Lass dir dabei von Erwachsenen helfen.

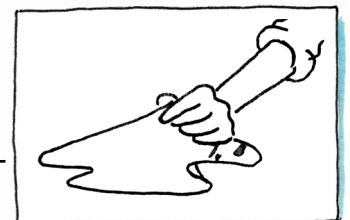
5

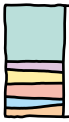


Schmecke den Aufstrich ab und gib bei Bedarf noch etwas Zitronensaft dazu.

6
















Fülle den Aufstrich in eine kleine Schüssel um.





# Hülsenfrüchte-Check in der Mensa

Informiert euch über das Essensangebot an eurer Schule.  
Welche Gerichte mit Hülsenfrüchten sind dabei?

Welches Gericht gibt es mit ...?		Wie hat es geschmeckt?
Bohnen 		
Gartenbohnen 		
Sojabohnen 		
Kichererbsen 		
Linsen 		
Schälerbbsen 		
Erdnüsse 		
		



Welche Gerichte mit Hülsenfrüchten wünscht ihr euch?

---

Welche Ideen habt ihr, um eure Mitschülerinnen und Mitschüler für Hülsenfrüchte zu begeistern?

---

Gebt eure Ideen an die Verantwortlichen für das Speiseangebot eurer Mensa weiter.

# Impressum

0956

## Herausgeberin

Bundesanstalt für Landwirtschaft  
und Ernährung (BLE)

Präsidentin:

Dr. Margareta Büning-Fesel

Deichmanns Aue 29

53179 Bonn

Telefon: 0228 / 68 45 – 0

www.ble.de, www.bzfe.de

## Text

Annika Bilo, BLE

Melanie Braukmann, Bonn

## Redaktion

Annika Bilo, BLE

Melanie Braukmann, Bonn

## Grafik

Arnout van Son, Alfter

## Illustrationen

siehe Arbeitsblätter

## Bilder

Titelbild: © Krakenimages.com – stock.adobe.com

übrige: siehe Bildrand

1. Auflage 2026

## Nutzungsbedingungen

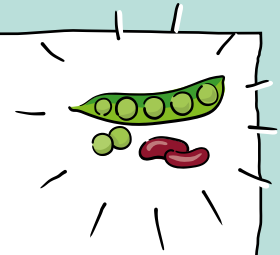
Sie dürfen dieses Material in Ihrem Unterricht nutzen. Sofern nicht anders gekennzeichnet, steht es unter der Creative Commons Lizenz „**CC BY-NC-SA 4.0** – Namensnennung – Nicht-kommerziell – Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International“.

Ausgenommen sind Inhalte (Texte, Fotos, Illustrationen, Videos etc.) mit einer zusätzlichen Copyright-Angabe oder einer anderen CC-Lizenz (s. Verweis auf der jeweiligen Seite). Den Lizenzvertrag finden Sie unter <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.de>.

## Haftungsausschluss für Links

Für sämtliche Links in diesem Unterrichtsmaterial gilt: Wir betonen, dass wir keinen Einfluss auf die Gestaltung und die Inhalte anderer Anbieter haben und uns deren Inhalt nicht zu eigen machen.

Falls das Material auf Seiten verweist, deren Inhalt Anlass zur Beanstandung gibt, bittet die Redaktion um Mitteilung.



Kostenloser **Download** der  
fünf weiteren Missionen  
im BLE-Medienservice