



Handlungsfeld: Ernährungsbildung

„Kleine Wurzelkunde“ begeistert die Kinder in der Kita Wörth



Ausgangspunkt

Mit Einführung einer eigenen Kochküche in der Kita Münsterappel werden Menüs nach FitKid-Rezepten mit Lebensmitteln aus biologischen Anbau frisch zubereitet. Einige Rezepte sehen Lebensmittel vor, die den Kindern bislang unbekannt waren, so z.B. Pastinake oder Petersilienwurzeln. Ziel der Kita war es, den Kindern solche Lebensmittel näher zu bringen.



Vorgehen

Erzieherinnen kauften auf dem Markt oder in Bioläden verschiedene essbare Wurzeln ein. Nach eigenen Recherchen über Herkunft, Bekömmlichkeit und Zubereitung haben sie den Kindern dem Alter entsprechend die Wurzeln „vorgestellt“. Diese konnten das ganze oder aufgeschnittene Gemüse befühlen, beschreiben, daran riechen und raten, welche Wurzel dahinter steckt. Auch eine Geschmacksprobe durfte nicht fehlen. Ebenso wurden die Eltern in das Projekt mit einbezogen, indem sie beim Abholen der Kinder die Wurzeln kennenlernen und probieren konnten. Am nächsten Tag wurde ein Rate-Kim-Spiel daraus gemacht, am 3. Tag haben die Kinder aus allem eine leckere Wurzelsuppe gekocht.



Erfolge

Wurzeln, wie Pastinake, Butternüben und schwarzer Rettich, sind nun keine Unbekannten mehr für die Kinder in der Kita Wörth. Sie haben zum Frühstück immer öfter gestiftetes Wurzelgemüse dabei. Weiterhin hat das Beschreiben der Wurzeln zu Wortschatzerweiterung und differenzierterem Ausdruck geführt. Nicht zuletzt haben auch die Erzieherinnen gemeinsam mit den Kindern etwas dazu gelernt.



Hürden

Manche Dinge sind für kleine Kinder sehr scharf oder in größeren Mengen genossen unverträglich, z.B. Topinambur. Hierauf ist natürlich zu achten. Hinweis: "Urkarotten" (lila) färben eine Suppe dunkel. Das könnte unappetitlich aussehen. Daher: Getrennt kochen.

Johann-Friedrich-Oberlin-Kiga Wörth
Forlacher Str. 11, 76744 Wörth
Anzahl der Kinder: 70

Essensteilnehmer pro Tag: 40