

# Bewusster Fleischkonsum



**BIO-BAUERN  
ÜBER DIE  
SCHULTER  
GESCHAUT**

**ÖKO** MARKT  
Verbraucher- und Agrarberatung e.V.

## Liebe Lehrerinnen und Lehrer,

diese Broschüre beschreibt einen „Dreisprung“ – also eine komplexe Unterrichtseinheit mit drei Bausteinen zum Thema „Bewusster Fleischkonsum“. Zielgruppe sind dabei Kinder und Jugendliche von der siebten bis zur zwölften Klasse.

### NACHHALTIGER LERNERFOLG



Mit der Verzahnung von Bausteinen lernen die Schülerinnen und Schüler, aktiv zu werden und eigene Standpunkte zu entwickeln, damit sie z. B. als „kritische Konsumenten“ Kaufentscheidungen reflektiert treffen können. Anhand eines praxisbewährten Modells möchten wir Ihnen Handwerkszeug für die Durchführung solch einer komplexen Unterrichtseinheit vorstellen, damit Sie ohne viel Vorbereitungszeit neue Lernformen erproben können.

### Bildung für nachhaltige Entwicklung

Dieser Begriff wurde von der UNO geprägt. Er beschreibt ein neues Bildungsverständnis für Lernende aller Altersgruppen. Um die aktuellen weltweiten Probleme zu lösen, brauchen wir Menschen, die die ökonomische, ökologische, kulturelle und soziale Dimension ihres Handelns erfassen, reflektieren und in aktives Handeln umsetzen. Insbesondere Schulen sind dazu aufgefordert, ihre Bildungskonzepte so zu gestalten, dass Schülerinnen und Schüler sich nicht nur Wissen aneignen, sondern lernen, es aktiv zu nutzen. Anhand der vorliegenden Broschüre soll der eher abstrakte Bildungsbegriff anhand eines konkreten Unterrichtsbeispiels mit Leben gefüllt werden.

## MATERIALIEN FÜR DEN UNTERRICHT

Anhand von Infos und Leittexten können die Schülerinnen und Schüler sich während des Unterrichts über folgende Themen informieren:

- Betriebskreislauf im Bio-Landbau
- Artgerechte Tierhaltung
- Fütterung im Bio-Landbau
- Fleisch in unserer Ernährung
- Artenvielfalt
- Steckbriefe einzelner Tierarten (Huhn, Schwein, Rind)

Unter [www.oekomarkt-hamburg.de](http://www.oekomarkt-hamburg.de) stehen die Infotexte zum Download bereit. 

## BESONDERHEITEN DER BIO-TIERHALTUNG

Eine artgerechte Tierhaltung ist im ökologischen Landbau ein wichtiges Anliegen. Die Tiere haben in der Regel eine vielfältige Umgebung mit Tageslicht, frischer Luft und mehr Platz als in konventioneller Haltung. Bio-Masttieren wird mehr Zeit zum Wachsen gelassen und sie dürfen keine synthetisch hergestellten, appetitfördernden Mittel erhalten. Dadurch enthält Bio-Fleisch mehr Muskelmasse und weniger Wasser, womit es geschmacksintensiver und zarter ist (ausführliche Informationen zur ökologischen Tierhaltung finden Sie z. B. unter <http://bit.ly/1oAWueR>).

Mit Infotexten und Steckbriefen zu den verschiedenen Nutztierarten können sich Schülerinnen und Schüler im Unterricht und auf dem Bio-Hof über die Besonderheiten der Bio-Tierhaltung informieren. Das erlernte Wissen können sie mit den Erlebnissen auf dem Bio-Hof abgleichen und sehen, wie der jeweilige Bauernhof die Anforderungen in der Praxis erfüllt.

Unter [www.oekomarkt-hamburg.de](http://www.oekomarkt-hamburg.de) stehen die Infotexte zum Download bereit. 



## BIO-QUALITÄT HAT IHREN PREIS

Der ökologische Landbau setzt auf hohe Qualität bei gleichzeitigem Tier- und Umweltschutz. Geringere Erträge und ein höherer Produktionsaufwand, z. B. die geringe Anzahl der Tiere, die auf gleicher Fläche gehalten werden dürfen, längere Mastzeiten, Anbau verschiedener Feldfrüchte sowie der Verzicht auf chemisch-synthetische Dünge- und Pflanzenschutzmittel, zeigen sich im Preis. Hinter allen Maßnahmen steckt ein Ziel: qualitativ hochwertige, schmackhafte und gleichzeitig nachhaltig produzierte Lebensmittel, die ihren Preis wert sind. Weitere Informationen unter [bit.ly/1IpSof8](http://bit.ly/1IpSof8).

## BAUSTEIN 1: EINFÜHRUNG IN DEN UNTERRICHT

Beim ersten Baustein, der auf mindestens eine Doppelstunde ausgelegt ist, erfahren die Schülerinnen und Schüler im Unterricht Hintergrundwissen zum Thema Fleischproduktion und die Auswirkungen von übermäßigem Fleischkonsum. Ausgehend vom persönlichen Ernährungsverhalten werden die Jugendlichen für das Thema sensibilisiert und sie entwickeln Fragen für die Hoferkundung.

### WAS LERNEN DIE SCHÜLERINNEN UND SCHÜLER IM UNTERRICHT


- Sie analysieren ihr eigenes Essverhalten und vergleichen es mit den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE).
- Sie reflektieren das Konsumverhalten in Bezug auf den eigenen Fleischverzehr.
- Sie können die Besonderheiten einer artgerechten Tierhaltung beschreiben.
- Sie reflektieren ihre persönliche Haltung zum Fleischkonsum und wissen um die Rolle der Tiere im Betriebskreislauf.

## BASISWISSEN ERNÄHRUNG

### WAS KANN FLEISCH?


Fleisch enthält hochwertiges Eiweiß, B-Vitamine, Eisen und Zink. Einige der Inhaltsstoffe sind für den Menschen essenziell, da er sie nicht selber bilden kann. Mit einer ausgewogenen Ernährung kann man diese Inhaltsstoffe aber auch aus Pflanzen beziehen.

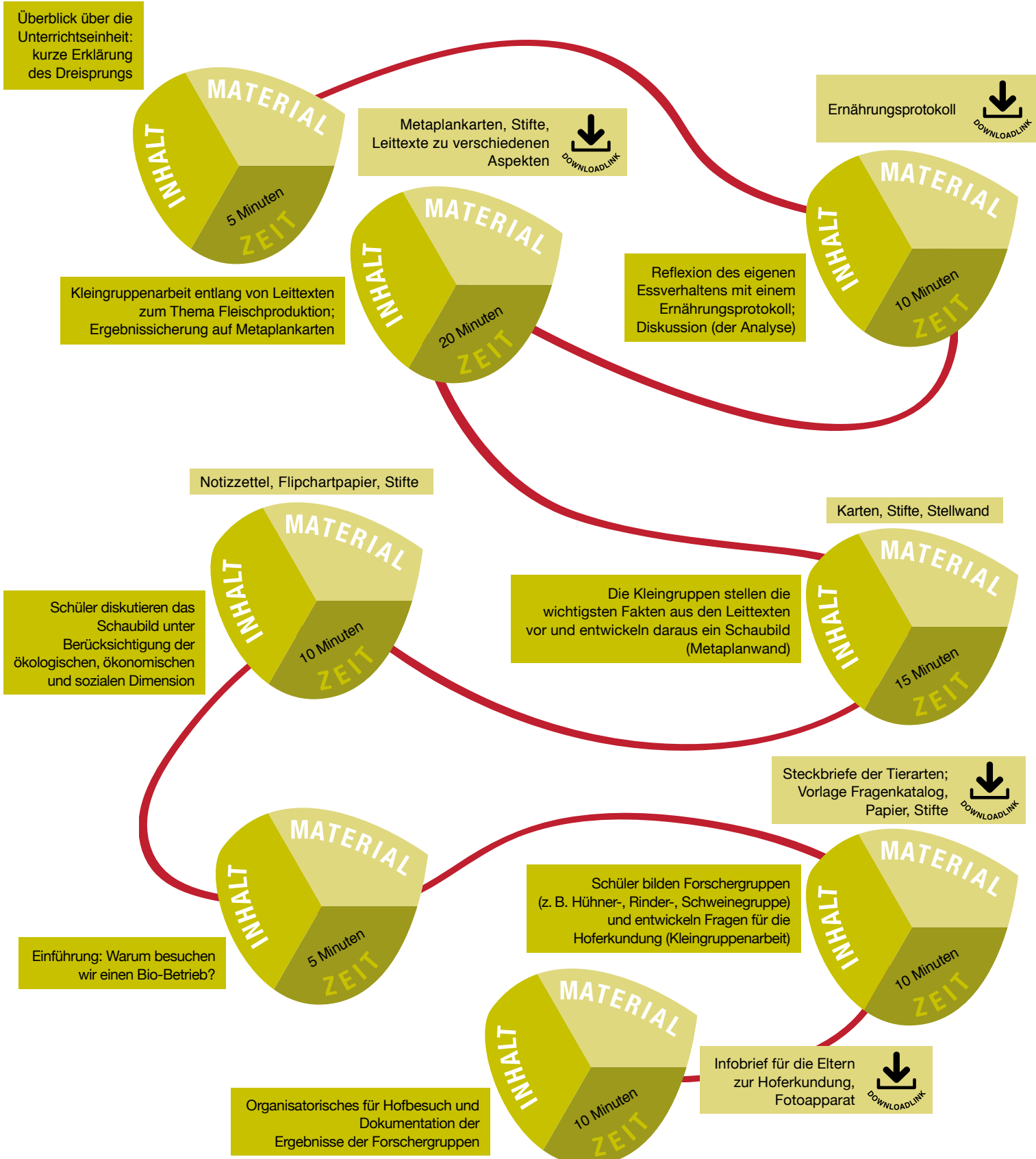
Laut der DGE sollte ein Erwachsener maximal 15 bis 30 Kilogramm Fleisch und Wurst im Jahr essen, das entspricht 300 bis 600 Gramm pro Woche. Im Durchschnitt isst der Deutsche aber ca. 60 Kilogramm Fleisch im Jahr (Fleischatlas 2014).

Vor der Unterrichtseinheit können die Schülerinnen und Schüler ein Ernährungsprotokoll führen und auflisten, wie viel von welcher Lebensmittelgruppe sie pro Tag gegessen haben. Mithilfe eines Arbeitsblattes  können sie ihre Ernährung analysieren und mit den DGE-Empfehlungen vergleichen.



# ABLAUF UND INHALTE DES ERSTEN BAUSTEINS:

Entlang des „roten Fadens“ haben wir für Sie exemplarisch eine Unterrichtseinheit zum Einstieg in das Thema konzipiert. Unter [www.oekomarkt-hamburg.de](http://www.oekomarkt-hamburg.de) finden Sie unter „Downloads“ Arbeitsblätter und weiterführende Informationen, die Sie für die Arbeit mit der Klasse herunterladen können. Die Download-Optionen sind mit diesem Icon  gekennzeichnet.





## BAUSTEIN 2: BIO-HOFERKUNDUNG

Bei der Bio-Hoferkundung erleben die Schülerinnen und Schüler live, wie die Nutztiere auf dem Hof gehalten werden. Im Stall und auf der Weide bekommen sie ein lebensnahes Gefühl dafür, was z. B. Kühe, Hühner, Schweine für ein artgerechtes Leben brauchen. Jede Tierart hat ein eigenes Verhalten und eigene Gewohnheiten. Idealerweise sind Stallbau, Fütterung und Pflege so gestaltet, dass sie sich artgerecht verhalten können. Während der Hoferkundung werden die Fragen der Kleingruppen besprochen und die Jugendlichen erfahren, wie der jeweilige Betrieb die Anforderungen an die Tierhaltung erfüllt. Jede Kleingruppe ist dazu aufgefordert, ihre Eindrücke zu dokumentieren. Die Schülerinnen und Schüler sollen auf dem Hof dazu angeregt werden, die verschiedenen Perspektiven (ökologische, ökonomische, soziale Dimension) des ökologischen Wirtschaftens wahrzunehmen und Widersprüche bzw. Zielkonflikte zu diskutieren.

Ausführliche Infos zum Ablauf eines Hofbesuches finden Sie auf Seite 11 der aid-Broschüre „Expedition Bio-Bauernhof“ <http://bit.ly/1Ni9hPY>.


### WAS ERLEBEN DIE SCHÜLERINNEN UND SCHÜLER? ZIELE DER HOFERKUNDUNG ZUM THEMA FLEISCH:

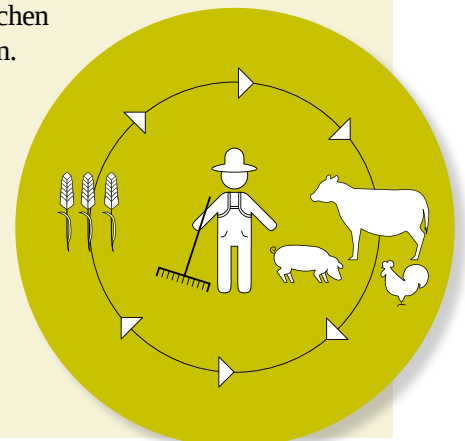
- Sie lernen Besonderheiten der ökologischen Wirtschaftsweise kennen.
- Sie erleben mit allen Sinnen, wie artgerechte Tierhaltung praktisch umgesetzt wird.
- Sie entwickeln ein Verständnis zur Rolle der Tiere im Betriebskreislauf.
- Sie erforschen die Lebensbedingungen der verschiedenen Tierarten und dokumentieren durch Fotos, Forscherfragen, Filme, Skizzen oder Zeichnungen ihre Eindrücke.
- Sie gewinnen Erkenntnisse über Verarbeitung und Vermarktung tierischer Produkte.

Hier finden Sie Bio-Höfe in Ihrer Nähe: [www.demonstrationsbetriebe.de](http://www.demonstrationsbetriebe.de).

## INFOS ÜBER DEN ÖKOLANDBAU

Die ökologische Landwirtschaft gilt als eine der nachhaltigsten Formen der Landbewirtschaftung. Ziel ist das Wirtschaften im Einklang mit der Natur und in einem möglichst geschlossenen Betriebskreislauf. Das heißt: Pflanzenbau und Tierhaltung sind eng miteinander verbunden. Ein Teil der Pflanzenproduktion dient als Viehfutter, und der in der Viehhaltung anfallende Dung wiederum als Nährstoff für die Pflanzen. Grundsätzlich werden nur so viele Tiere gehalten, dass dieser Kreislauf im Gleichgewicht bleibt. Damit hilft der ökologische Landbau, unsere natürlichen Ressourcen für heutige und nachfolgende Generationen zu erhalten. Durch den Bio-Anbau werden Boden, Wasser und Luft nachweislich geschützt und Bodenfruchtbarkeit sowie biologische Vielfalt gehalten bzw. verbessert. Gleichzeitig werden hochwertige und schmackhafte Lebensmittel erzeugt.

An einer Metaplanwand können der Betriebskreislauf und die Besonderheiten der ökologischen Produktion zusammen mit den Schülerinnen und Schülern entwickelt und visualisiert werden. Eine Vorlage des Schaubildes sowie einen Leittext können  Sie downloaden.



## BAUSTEIN 3: AKTIONSTAG

Den dritten Baustein von unserem Dreisprung bildet ein „Aktionstag“. Dieser hat zum Ziel, die Handlungskompetenz Ihrer Schüler zu fördern.

Nutzen Sie die Kreativität und die Fähigkeiten Ihrer Schüler, wenn es darum geht, sich eine Aktion (Verkostungsaktion, Theatereinlage, Flashmob) auszudenken. Es ist wichtig, den Tag gut zu planen und die Schulgemeinschaft bei der Planung mit einzubeziehen. Je plastischer und anschaulicher die Aktionen (z. B. Infostände) gestaltet sind, desto größeres Interesse werden sie hervorrufen. Vielleicht gelingt es ja sogar, das Thema (z. B. als vegetarischen Tag) in den Schulalltag zu integrieren?

Wie ein Aktionstag organisiert wird, erfahren Sie aus der Ökomarkt-Broschüre „Bio-Aktionstag“ unter <http://bit.ly/1uVUGA6>.

### WAS KANN EIN AKTIONSTAG ZUM THEMA FLEISCHKONSUM BEI DEN SCHÜLERINNEN UND SCHÜLERN BEWIRKEN?

- Sie werden aufgefordert, sich eine Meinung zu bilden, um ihr erlerntes Wissen und ihre Eindrücke aufzubereiten und zu präsentieren.
- Sie können Bezüge zum schulischen Verpflegungsangebot herstellen, die Schulgemeinschaft durch Mitmach- und Informationsstände informieren und ggf. das Angebot verbessern.
- Sie können bei Schulfesten und Tagen der offenen Tür Menschen außerhalb der Schule erreichen und dabei ihre Selbstwirksamkeit erproben.



Darstellung der Futterrationen der Tiere: Wie viel Getreide benötigt man, um 1 Kilogramm Fleisch zu produzieren?

### IDEEN FÜR PLAKATE UND AKTIONSTISCHE RUND UM DEN FLEISCHKONSUM:

- Dokumentation der Hoferkundung auf einer Stellwand
- Futterrationen der Tiere: Wie viel Getreide benötigt man, um 1 Kilogramm Fleisch zu produzieren?
- Vergleich der Menge an Fleisch, die die Deutschen essen, und der Empfehlung der DGE.
- Darstellung Besonderheiten der ökologischen Tierhaltung
- Vegetarische Rezepte finden Sie auf der nächsten Seite und unter <http://bit.ly/1HzAjO5>
- Fleisch-Quiz oder -Rallye

### AUSBLICK

Lassen Sie am Ende des „Dreisprungs“ die Schülerinnen und Schüler zu Wort kommen! Hat sich die Sichtweise auf das Thema verändert? Und wenn ja, wie? Wie beurteilen sie ihre Aktion? Und was nehmen sie für die Zukunft mit? Die Antworten geben Ihnen ein Feedback und im Rückblick eröffnen sie oftmals einen konstruktiven Dialog, nicht nur über den Inhalt, sondern auch über die Lernmethoden.

# VEGETARISCHE REZEPTE FÜR EINEN AKTIONSTAG ZUM VERKOSTEN

Weitere Rezepte finden Sie unter <http://www.biofuerkinder.de/category/rezepte>.

## PIKANTE MÖHRENWAFFELN

etwa 7–8 Stück, entspricht 40 Herzen

Zutaten:

- 50 g Butter, flüssig
- 1 Ei
- 150 ml Milch
- 1 TL Kräutersalz
- 300 g Möhren, fein raspelt
- 100 g Maisgrieß (Polenta)
- 100 g Dinkel, fein gemahlen

So wird's gemacht:

Butter, Ei, Milch und Kräutersalz gut verquirlen. Restliche Zutaten unterheben und den Teig mindestens 15 Minuten quellen lassen. Das Waffeleisen vorheizen und die Waffeln abbacken.

## POLENTASCHNITTEN

2 Bleche, entspricht ca. 60 Stück

Zutaten:

- 1,4 l Wasser
- 2 TL Kräutersalz
- 500 g Maisgrieß (Polenta)
- 4 Eier
- 4 EL Quark
- je 1 Bund Petersilie, Schnittlauch, gehackt
- 1 Bund Frühlingszwiebeln, geschnitten
- 150 g Schafskäse, gerieben
- 150 g Parmesan, gerieben
- Pfeffer, Thymian, Kräutersalz nach Belieben

So wird's gemacht:

Wasser und Kräutersalz zum Kochen bringen. Den Maisgrieß direkt in das kochende Wasser geben und 2 bis 3 Minuten unter Rühren köcheln, ausquellen und etwas abkühlen lassen. Eier, Quark, Kräuter, Frühlingszwiebeln und Käse vorsichtig unter den ausgequollenen Grieß geben und würzen. Die Masse gleichmäßig ca. 2 cm flach auf zwei mit Backpapier ausgelegte Backbleche streichen. Die Polentamasse im vorgeheizten Backofen bei 180 °C ca. 30 Minuten backen, bis diese goldbraun wird. Aus der Masse mundgerechte Stücke schneiden.

## Kräuterquark

für die Polentaschnitten und Waffeln

Zutaten:

- 500 g Quark
- 300 g Joghurt
- 1 Bund frische Kräuter, gehackt
- Kräutersalz, Pfeffer, Paprika edelsüß

So wird's gemacht:

Quark und Joghurt glatt rühren. Kräuter unterheben und mit Kräutersalz, Pfeffer und Paprika abschmecken. Der Kräuterquark eignet sich auch als Brotaufstrich oder als Dip zu Gemüsesticks.

# PRAXISBEISPIEL – STADTTEILSCHULE AM HEIDBERG HAMBURG DREISPRUNG „FLEISCHKONSUM UND VEGETARISCHER TAG“

Die Stadtteilschule Am Heidberg aus Hamburg hatte sich zum Ziel gesetzt, einen vegetarischen Tag in der Mensa einzuführen. Der Schule war es wichtig, dass die Schulgemeinschaft dieses Thema auch im Unterricht pädagogisch bearbeitet.



Im Unterricht analysierten die Jugendlichen ihre Ernährung, erfuhren, welche Produkte die Tiere liefern und wie viel Fleisch in Deutschland gegessen wird. Ein Kurzfilm zeigte die Folgen des übermäßigen Fleischkonsums für die Natur und den Menschen. Dieser Film war Grundlage einer anschließenden Diskussion.




Auf dem Bio-Bauernhof wurde die Klasse über die Besonderheiten des ökologischen Landbaus, insbesondere über die artgerechte Tierhaltung, informiert. Sie besuchte den Schweinestall, das Hühnergehege und die Schafsweide und fütterte die jeweiligen Tiere mit Gemüseresten und Getreide.



Im Anschluss an die ersten beiden Bausteine gestaltete die Klasse den Aktionstag für die Schulgemeinschaft. Vorher wurden Infomaterial, Plakate und Aktionstische für den Infobereich erarbeitet und aufgebaut. Es entstanden vegane und vegetarische Köstlichkeiten. Der vegetarische Tag wurde anschließend einmal in der Woche in der Kantine eingeführt.

## TIPPS UND LINKS

Weitere Informationen zum Thema Öko-Landbau sowie Unterrichtsmaterialien: <http://bit.ly/1oL7y9m>  
Informationskampagnen  
Die Fleischfrage: [fleischfrage.wwf.de](http://fleischfrage.wwf.de)  
Fleischfreitag: [bit.ly/10Z3LKv](http://bit.ly/10Z3LKv)  
Donnerstag ist Veggietag: [www.donnerstag-veggietag.de](http://www.donnerstag-veggietag.de)  
Der Fleischatlas: [www.bund.net/fleischatlas](http://www.bund.net/fleischatlas)

Unter [www.oekomarkt-hamburg.de](http://www.oekomarkt-hamburg.de) stehen die Infotexte und weitere Broschüren zu anderen Themen für Sie zum Download bereit: 



Das Projekt wird gefördert durch das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages im Rahmen des Bundesprogramm Ökologischer Landbau und andere Formen nachhaltiger Landwirtschaft (BÖLN).



Schule und Landwirtschaft  
Ökomarkt Verbraucher- und Agrarberatung e. V.  
BIO-BAUERN ÜBER DIE SCHULTER GESCHAUT  
Iris Lange-Fricke, Christina Zurek  
Osterstr. 58 | 20259 Hamburg  
Tel.: 040 / 4 32 70 - 600 | Fax: 040 / 4 32 70 - 602  
[schule-und-landwirtschaft@oekomarkt-hamburg.de](mailto:schule-und-landwirtschaft@oekomarkt-hamburg.de)  
Mehr Infos und Tipps unter:  
[www.oekomarkt-hamburg.de](http://www.oekomarkt-hamburg.de)