



# FOOD CHALLENGE ZÜRICH

## EN ROUTE

### AUFGABENSET

#### IMPRESSUM

Herausgeberin: IRAS COTIS

Jahr: Dezember 2018

Autorschaft: Alice Küng, Simon Gaus Caprez

Layout: Dana Pedemonte, Éditions AGORA

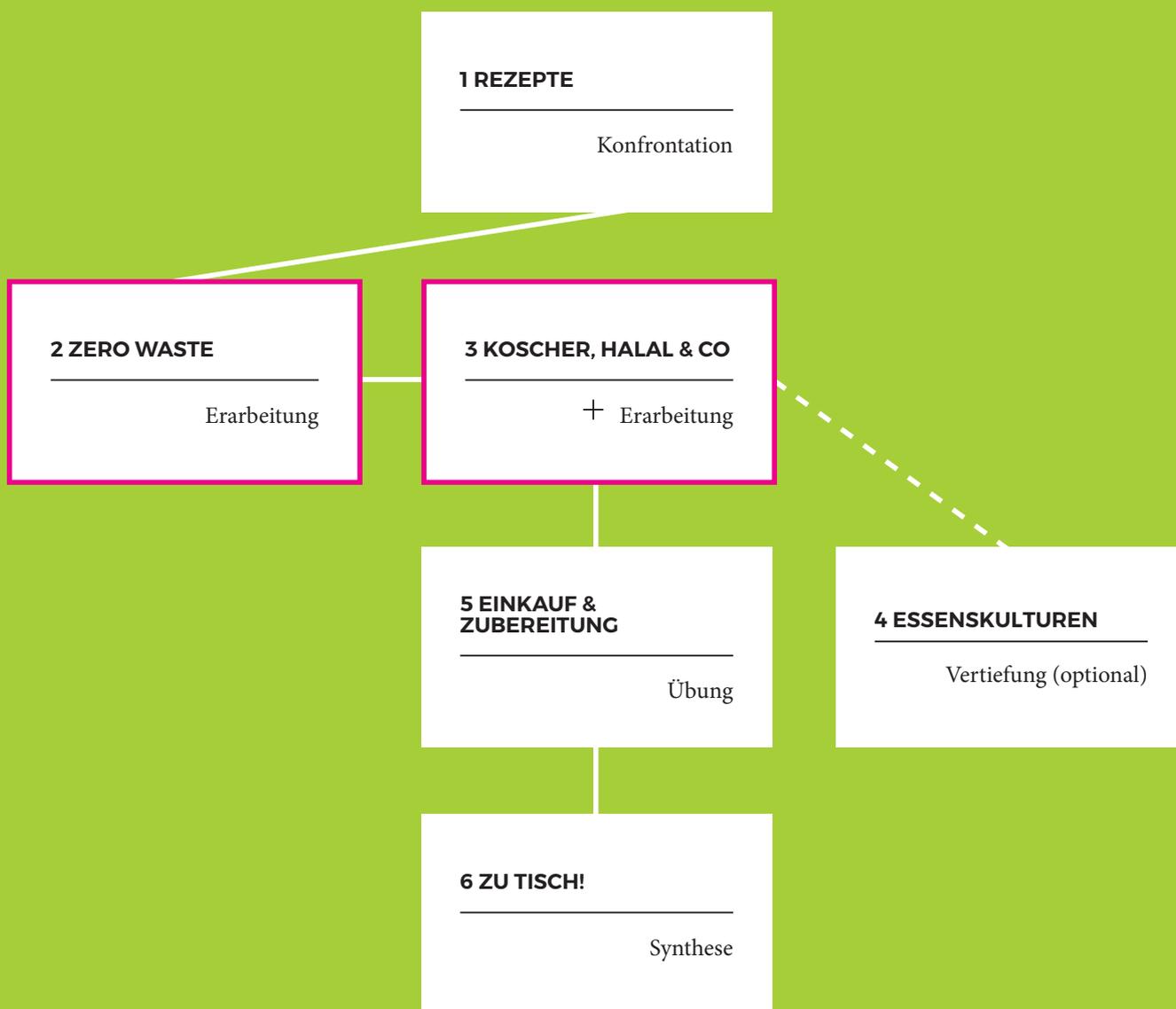
# ESSEN, ETHIK & RELIGION - GEMEINSAM ESSEN

Die Food Challenge besteht darin, Speisen nach unterschiedlichen ethisch, religiös und kulturell begründeten Kriterien zuzubereiten und auf einer Speisekarte zu vermitteln - und anschliessend zu geniessen.

Die Lernenden sind gefordert, in Gruppen alle Prozesse vom Einkauf, Herkunft, Verarbeitung und Verpackung bis hin zur Organisation des Essens durchzuführen. Dabei konsultieren sie im Kulturpark ExpertInnen und reflektieren Essenstraditionen, die sie eigenständig interpretieren. Die resultierenden Menus oder Snacks werden aufgetischt und von den anderen Gruppen bewertet.

Die Schülerinnen und Schüler setzen sich vertieft mit Wertefragen rund um das Essen auseinander und erproben die gemeinsame Gestaltung einer Mahlzeit unter verschiedensten Voraussetzungen.

## AUFGABENSET \*



\* in Anlehnung an:

WILHELM, M., LUTHIGER, H. & WESPI, C. (2014). Prozessmodell zur Entwicklung von kompetenzorientierten Aufgabensets. Luzern: Entwicklungsschwerpunkt Kompetenzorientierter Unterricht, Pädagogische Hochschule Luzern.

## ZIELGRUPPE

---

Sekundarstufe I (Aufgaben 1-6)  
Sekundarstufe II (Aufgaben 1-6)

## LEKTIONENUMFANG

---

1-2 Lektionen Vorbereitung  
2 Lektionen Erkundung  
2-8 Lektionen Nachbereitung  
Insgesamt 5-12 Lektionen

## HINWEISE

---

Das Aufgabenset kann verwendet werden, um religiöse Feiertage in der Schule zu thematisieren. Diverse Feiertage werden auf der Website [www.ir-kalender.ch](http://www.ir-kalender.ch) vermerkt.

## VORAUSSETZUNGEN

---

Bei Durchführung der Variante "Menu" ist eine Schulküche vonnöten. Für die Variante "Snack" reicht das Schulzimmer.

## LERNORT

---

Kulturpark Zürich  
[www.kulturpark.ch](http://www.kulturpark.ch)

FOIFI ZeroWaste Ladencafé  
Schiffbaustr. 9B  
8005 Zürich  
Kontakt: [welcome@foifi.ch](mailto:welcome@foifi.ch)

Zürcher Institut für Interreligiösen Dialog ZIID  
Pfingstweidstr. 16  
8005 Zürich  
Kontakt: [info@ziid.ch](mailto:info@ziid.ch)

### LERNINHALTE

---

#### Lehrplan 21

Essen , Gemeinschaft, Nachhaltigkeit

Werte, Normen, Interpretation/Auslegung  
Essenskulturelle Aspekte  
Lebensmittelverschwendung,

### FACHLICHE KOMPETENZEN

---

Die Lernenden können verschiedene ethisch, religiös oder kulturell begründete Essenstraditionen charakterisieren. Sie interpretieren diese unter Berücksichtigung eigener Werte und können entsprechende Mahlzeiten zubereiten und gemeinsam gestalten. Sie können verantwortlich mit Lebensmitteln umgehen und Aspekte einer gesunden Ernährung benennen.

NMG 1.3a-c,f-g; 11.3b; 12.3d-e; 12.4a-c  
ERG 2.1a; 2.2b,e; 4.2c,d; 4.3c; 4.4b; 5.4c  
WAH 4.2a,d; 4.3b; 4.4b-e

### ÜBERFACHLICHE KOMPETENZEN

---

Die Lernenden können ein gemeinsames Essen durchführen und dabei verschiedenste Bedürfnisse und Wertfragen berücksichtigen.

Selbstreflexion  
Dialog- und Kooperationsfähigkeit  
Aufgaben/Probleme lösen

# 1 REZEPTE

Konfrontation

**Die Lernenden planen ein gemeinsames Buffet, das verschiedene Essenstraditionen interpretiert und darüber informiert.**

1

Die Lernenden werden gebeten, ein Gewürz mitzubringen, das in ihrer Leibspeise vorkommt.

Im Klassenzimmer teilen sie sich in 3er- oder 4er-Gruppen auf. In der Gruppe tauschen sie sich über ihre Leibspeise aus. Woher stammt das Rezept? Welches Gewürz haben sie mitgebracht? Zu welchem Anlass wird es gegessen? Welche Werte verbinden sie mit diesem Essen? Ist es gesund (Arbeitsblatt 1A)?

Die Gewürze werden anschliessend im Klassenzimmer ausgestellt und mit Namen beschriftet.

2

Die Lernenden werden in die Challenge eingeführt. Ziel ist es der Food Challenge, spezifische Vorgaben für ein zugelostes Menu oder einen Snack zu interpretieren, umzusetzen und die anderen Lernenden anlässlich eines gemeinsamen Essens darüber zu informieren (Arbeitsblatt 1B).

Je zwei Lernende erhalten ein Rezept zugelost (Arbeitsblätter 1C-L). Darunter sind Menus oder Snacks aus folgenden Essenstraditionen: Ayurvedisch, Halal, Koscher, Vegan, ZeroWaste. Die Lernenden mit den gleichen Speisetraditionen gehören fortan zur selben Gruppe.

In den Gruppe lesen sie die Rezepte durch. Kennen Sie die Speise? Welche Herausforderungen stellen sich bei der Zubereitung?

Die Lernenden notieren ihre Antworten stichwortartig in ein "Rezeptbuch".

3

Im Plenum bittet die Lehrperson die Lernenden, ihre Rezepte und ihr Vorwissen dazu vorzustellen. Die anderen Lernenden ergänzen ihre Antworten.

4

Die Klasse plant das gemeinsame Essen. Sie kann dem Anlass mit einem Thema einen besonderen Rahmen geben. Zur Einigung auf ein Thema können Post-it's mit Ideen platziert

und mit Punkten bewertet werden.

Die Klasse wählt einen Nachmittag oder Abend für das Essen und erstellt einen Programmablauf. Dabei können bestehende Feiertage miteinbezogen werden. Optional kann die Parallelklasse eingeladen werden.

5

Die Lehrperson erstellt zuhanden den Lernenden eine Einladung für das Essen mit dem Programm (Datum, Ort etc.). Die Lernenden werden darauf hingewiesen, pro Gruppe ein Geschenk für die Gewinnergruppe mitzubringen.

Die Lernenden kommunizieren allfällige Allergien oder besondere Ernährungsbedürfnisse.

6

*Option Sek I und II: Die Lernenden diskutieren bei jedem Aufgabenschritt, inwiefern Aspekte der Gesundheit berücksichtigt werden. Was bedeutet die Speise für ihre Ernährung? Ist das Mahl ausgewogen? Sind einzelne Zutaten gesundheitlich problematisch?*

## KOMPETENZEN

## Lehrplan 21

Die Lernenden können eigene und andere Essensnormen und -Traditionen charakterisieren.

NMG 1.3a-b,f  
ERG 2.1a; 2.2b,e; 5.4c  
WAH 4.2a,d; 4.4b-e

## METHODE

Plan, Moderationsmethode

## DAUER

45-60 Min

## ORT

Klassenzimmer

## MATERIAL

Gewürze (bringen Lernende mit)  
"Rezeptbuch" (z.B. kleines Notizheft)  
Arbeitsblätter 1A-L

# 2 ZERO WASTE

---

Erarbeitung

**Die Lernenden nehmen an einem Workshop in einem ZeroWaste-Laden teil. Sie lernen Hintergründe der Bewegung kennen und erhalten praktische Tipps zur Abfallreduktion.**

---

**1**

Die Lernenden besuchen den Workshop und notieren Praxisbeispiele zur Reduktion von Verpackungs- und Abfallmaterial auf einer hinteren Seite ihres "Rezeptbuchs".

Dazu reflektieren sie individuell im "Rezeptbuch": Welche Werte sind mit der ZeroWaste-Bewegung verbunden? Wie stehen sie persönlich dazu?

---

**2**

Die Gruppe mit dem Auftrag, einen Essensbeitrag ohne Abfall zu planen, lässt sich vertieft beraten. Sie zeigt der Vermittlungsperson das Rezept und notiert Ideen und Tipps zum Einkauf der Produkte.

## KOMPETENZEN

---

Lehrplan 21

Die Lernenden können den Umgang mit Lebensmittelverschwendung und Verpackungen reflektieren und nachhaltige Strategien benennen.

NMG 1.3f-g  
ERG 2.1a; 2.2b,e  
WAH 4.3b

## METHODE

---

Wokshop

## DAUER

---

20 - 45 Min

## ORT

---

FOIFI ZeroWaste Ladencafé

## MATERIAL

---

"Rezeptbuch"

# 3 KOSCHER, HALAL & CO

Erarbeitung

**Die Lernenden lassen sich von Fachpersonen in die religiösen Speisevorschriften eingeführt. Dabei lernen sie auch kulturelle Hintergründe kennen**

**1** Die Lernenden besuchen den Workshop und lernen soziale, wirtschaftliche und ökonomische Hintergründe kennen.

Dazu reflektieren sie individuell: Woher stammen sie? Wie werden sie begründet? Welche Werte sind mit den Essensnormen verbunden? Wie stehen die Lernenden persönlich dazu?

Sie notieren sich ihre Erkenntnisse in einer hinteren Seite des "Rezeptbuchs".

**2** Die Gruppen mit dem Auftrag, einen Essensbeitrag mit religiösen Speisevorschriften zu planen, lässt sich vertieft beraten. Sie zeigt der Vermittlungsperson das Rezept und notiert Ideen und Tipps zum Einkauf der Produkte und der Bereitstellung des Essens.

**3** *Option Sek I und II: Die Lernenden befragen die Expertinnen und Experten, inwiefern die Regeln mit Gesundheits- und Ernährungsaspekten zusammenhängen. Die Antworten werden kritisch hinterfragt.*

## KOMPETENZEN

## Lehrplan 21

Die Lernenden können verschiedene ethisch, religiös oder kulturell begründete Essensnormen reflektieren und mit Werten verknüpfen.

NMG 1.3a-c; 11.3b; 12.3d-e  
ERG 2.1a; 2.2b,e; 4.2c,d; 4.4b  
WAH 4.2a,d; 4.3b;

## METHODE

Workshop

## DAUER

20 Min

## ORT

Zürcher Institut für interreligiösen Dialog

## MATERIAL

"Rezeptbuch"

# 4 ESSENSKULTUREN

Vertiefung (optional)

**Die Lernenden setzen sich mit verschiedenen Essenskulturen auseinander, die mit Festen oder bewussten Verzichtshaltungen verbunden sind.**

**1** Die Lernenden recherchieren in den Gruppen im Internet, ob ihre Speisetraditionen in den Festen Weihnacht, Ostern, Pessach, Ramadan, Divali, Vesak und Neujahr (säkular 1. Januar) vorkommen (Arbeitsblatt 4A).

**2** Sie suchen Bilder zu den entsprechenden Festen, die Speisen zeigen, und recherchieren nach der Form der Zubereitung, dem Ablauf des Essens und dessen Einbettung in die Feier. Die Bilder kleben sie in ihr "Rezeptbuch". Dazu erläutern sie die Einbettung in Stichworten.

**3** Im Plenum werden die Resultate kommuniziert. Zu jedem Fest werden Bilder und Einbettungen in den "Rezeptbüchern" gezeigt. Wie werden die Speisetraditionen an den Feiern umgesetzt?

*Sek II: Anstelle der Festtraditionen erarbeiten sich die Lernernden anhand eines Hintergrundtextes Grundlagenwissen zu den Speisetraditionen: Woher stammen sie? Was waren Gründe, sie einzuführen? Welche Aspekte nachhaltiger Entwicklung lassen sich in den Begründungen finden? Wie entwickelten sie sich im Laufe der Zeit? Was sind die grössten Herausforderungen damit in heutiger Zeit? (Arbeitsblatt 4B)*

*Die Antworten notieren sie in ihr "Rezeptbuch". Für die Schlussdiskussion fragt die Lehrperson nach: Was sind die wichtigsten Erkenntnisse? Wie unterscheiden sich die Recherchen der Lernenden? Weshalb?*

## KOMPETENZEN

## Lehrplan 21

Die Lernenden können Essenstraditionen mit Festtagen verbinden. Sie können deren unterschiedliche Formen vergleichen.

NMG 1.3a-b; 11.3b; 12.3d-e; 12.4a-c  
ERG 2.1a; 4.2c,d; 4.3c; 4.4b  
WAH 4.2a,d

## METHODE

Quelleninterpretation

## DAUER

45-90 Min

## ORT

Klassenzimmer

## MATERIAL

"Rezeptbuch", Internet  
Arbeitsblätter 4A

# 5 EINKAUF & ZUBEREITUNG

## Übung

**Die Lernenden besorgen sich die Zutaten und erstellen Speisekarten.**

**1** Die Lernenden besprechen kurz den Angebotsbesuch. Was haben sie neues erfahren? Wo gab es Verständnisprobleme? Was haben sie nicht verstanden?

Falls Bedarf besteht, klärt die Lehrperson mit den Gruppen noch offene Punkte.

**2** Die Lernenden besorgen sich die benötigten Lebensmittel. Sie können auch welche von zuhause mitbringen.

Bei der Besorgung beziehen sie Vorgaben der Essenstraditionen mit ein, interpretieren sie aber eigenständig. Sie nehmen Tipps der Beratungen auf, recherchieren Einkaufsläden oder Bestellmöglichkeiten und lassen sich auch von lokalen Händlern beraten. Wichtig: Ihre eigene Interpretation soll respektvoll mit der Speisetradition umgehen, aber letztlich auch durch ihre persönlichen Werthaltungen vertretbar sein.

Falls sich Produkte nicht bestellen oder in der Wohngemeinde besorgen lassen, suchen die Lernenden nach Alternativen.

**3** Die Lebensmittel werden entsprechend der Haltbarkeits-Anweisungen aufbewahrt und am Tag der Zubereitung in die Schule mitgebracht. Sie sollten möglichst frisch sein.

**4** In den Gruppen erstellen die Lernenden je eine Speisekarte. Darin erläutern sie die wichtigsten Informationen zum Mahl. Einerseits werden die Speisetradition und die Zutaten genannt. Andererseits die Form und Begründung der Umsetzung. Ihre Werthaltungen können durchaus ausgeführt werden.

Die Erkenntnisse entnehmen sie ihrem "Rezeptbuch".

Bewertungsfragen: Sind die Zutaten und besondere Produktionsprozesse aufgeführt? Wurden die Speiseregeln angemessen und auf

nachvollziehbare Weise interpretiert?

*Zusatz Sek II: Wie wurden Nachhaltigkeits-Dimensionen bei der Umsetzung berücksichtigt?*

## 5

*Option Sek I und II: Die Lernenden fotografieren die Labels und Zutatenlisten der Lebensmittel. Sie vergleichen die Kennzeichnungen. Welche sind am transparentesten und am umfassendsten in ihren Augen? Sie ordnen die Fotos in einer Liste, mit der umfassendsten Kennzeichnung auf dem obersten Platz.*

### KOMPETENZEN

### Lehrplan 21

Die Lernenden können verschiedene Essensnormen interpretieren und unter Berücksichtigung eigener Werte umsetzen.

NMG 1.3a-c,f-g  
ERG 2.1a; 4.2c; 4.4b  
WAH 4.4e

### METHODE

Entdeckendes Lernen

### DAUER

90 Min

### ORT

Klassenzimmer, Unterrichtsort/Wohnort

### MATERIAL

Einkaufsliste  
"Rezeptbuch"

# 6 ZU TISCH !

Synthese

**Die Lernenden bereiten die Speise in der Schulküche oder im Klassenzimmer zu. Anlässlich des gemeinsamen Essens präsentieren sie die Speisen, deren Herkunft, Hintergrund und die Interpretation einer Essenstradition auf der Speisekarte. Die Gruppen bewerten gegenseitig die Umsetzung.**

**1** Anhand der Einladung gehen die Lernenden den Ablauf nochmals im Detail durch und verteilen die Aufgaben.

Die Lernenden bereiten ihre Speisen gemäss Rezepten in den Gruppen zu. Sie berücksichtigen dabei die besonderen Ernährungsbedürfnisse, die gemeldet wurden.

Falls in den Rezepten vorhanden, verwenden sie die Gewürze, die sie eingangs in der Vorbereitung mitgebracht haben.

**2** Gemeinsam decken sie die Tische und tischen das Essen auf. Sie sind frei, zu den Speisen passende Bilder, Musikstücke oder Objekte etc. zu präsentieren.

**3** Die Lehrperson lädt zur Präsentation. Jede Gruppe präsentiert je 2min die Speisen.

Zum Essen verteilen sich die Gruppenmitglieder gleichmässig, sodass sich die Lernenden beim Essen über die Speisen und das Kochen austauschen können.

**4** Die Lernenden der jeweils anderen Gruppen beurteilen die Umsetzung (Arbeitsblatt 6A). Sie vergeben dazu auf einem Flipchart-Blatt Punkte pro Speise.

Nach dem Essen und einem Dank an die Köche und Köchinnen versammelt sich die Klasse vor dem Flipcharts und küren die Gewinnergruppe. Die Lernenden können erläutern, weshalb sie ihre Punkte so verteilt haben.

Die Gewinnergruppe darf zuerst aus den Geschenken auswählen, die die Gruppen mitgebracht haben. Die zweit- und drittplatzierte Gruppe wählen anschliessend ein Geschenk

aus.

*Sek II: Bei der Beurteilung wird Nachhaltigkeit als Zusatz-Kriterium berücksichtigt.*

*Option Sek I und II: Die Lernenden beurteilen die Speisen zusätzlich nach Gesundheitsaspekten. Ist das Mahl ausgewogen?*

## KOMPETENZEN

## Lehrplan 21

Die Lernenden können eine gemeinsame Mahlzeiten unter Einbezug verschiedener Werte und Bedürfnisse zubereiten und gestalten.

NMG 1.3a-c,f-g; 11.3b  
ERG 2.1a; 2.2b,e; 4.2c,d; 4.4b; 5.4c  
WAH 4.2a,d; 4.3b; 4.4b-e

## METHODE

Kochen, gemeinsames Essen

## DAUER

90-120 Min (inkl. Essen)

## ORT

Klassenzimmer oder Schulküche

## MATERIAL

Faltkarten A4 (für Speisekarten)  
Nahrungsmittel, Wasser  
Geschirr und Küchenutensilien nach Bedarf  
Küche bei Variante "Menu"  
Dekoration nach Bedarf  
Flipchart-Papier  
Arbeitsblatt 6A

# WEITERFÜHRENDE MATERIALIEN

## LITERATUR

Böss, Gideon (2016): Alev..

## LEHRMITTEL

Blickpunkt 3 (2013): Das bes..

## WEITERE MEDIEN

Schweizer Fernsehen SRF: Bild..