



WEITERFÜHRENDE DENKANSÄTZE FÜR PÄDAGOG*INNEN UND ENGAGIERTE ELTERN

Die nächsten 3 Punkte sollen dir helfen, das Thema *Rettung von Lebensmitteln* nach dem Spielen mit den Schüler*innen/Kindern/Jugendlichen weiter zu bearbeiten. Zu jedem dieser Punkte gibt es auch ein Arbeitsblatt.

1. Das Spiel bietet mit der Zeitung Hinweise zur Haltbarkeit von Lebensmitteln. Eine weiterführende Frage dazu wäre:

Wie kann man erkennen, dass Lebensmittel noch in Ordnung sind, obwohl das Mindesthaltbarkeitsdatum überschritten wurde? Dazu kann man folgende Hinweise den Schüler:innen/Kindern/Jugendlichen geben: "Verwende deine Sinne und vertraue auf sie!"

- Rieche an dem Lebensmittel. Verdorbenes riecht nicht gut.
- Sieh dir das Lebensmittel genau an: erkennst du Schimmel, faule Flecken,...? Bedenke: die Farbigkeit spielt dabei selten eine Rolle, denn die Farbzusatzstoffe verlieren schon bald ihre Wirkung und obwohl das Lebensmittel dann nicht mehr ganz so gut aussieht, kann es noch in Ordnung sein! Ein Beispiel dazu wäre Wurst (Aufschnitt). Die schöne rosa Farbe verliert sie nach einigen Tagen, die Wurst wirkt dann eher bräunlich - meistens ist das aber nur ein Schönheitsfehler und die Wurst ist noch nicht verdorben.
- Nimm' eine kleine Kostprobe. Der Geschmack verrät fast alles! Eine kleine Kostprobe hat noch niemanden umgeworfen.
- Wenn du dir jedoch unsicher über den Zustand des Lebensmittels bist, dann lass lieber die Finger davon.

2. Nur, weil ein Teil vom Lebensmittel schlecht ist, muss man nicht das ganze wegwerfen.

Achtung: das trifft auf manche Lebensmittel zu, wie zum Beispiel Hartkäse. Da kann man großzügig die schimmeligen Teile wegschneiden. Für Brot gilt das aber nicht. In den Luftlöchern im Brot können sich bereits unbemerkt Schimmelpilze fortgepflanzt haben.

- Bei Gemüse kann man die braunen Flecken (nicht Schimmel) großzügig wegschneiden und den Rest verwerten. Eine Paprika, Karotte oder ein Apfel bekommt oftmals braune Stellen, die jedoch nicht das ganze Stück gleich faulig schmecken lassen.
- weitere Lebensmittel, bei denen man den Schimmel wegschneiden kann: Luftgetrocknete Wurst (wenn nicht aufgeschnitten), Salami.
- diese Lebensmittel bei Schimmelbefall nicht mehr essen: Marmelade, Milchprodukte, Nüsse, Obst, Gemüse, Toast, Weichkäse, Frischkäse, geriebener Käse, Hartkäse wenn der Schimmel nicht mehr nur an der Oberfläche ist (innen eingedrungen).
- Wenn ein Lebensmittel (z.B. Gemüse) nicht mehr ansehnlich ist, dass man es roh essen möchte (z.B. runzelige Haut), dann kann man es meistens noch verkochen - z.B. als Gemüsesugo,...
- im Zweifelsfall gilt: lieber wegwerfen als Schimmel entfernen!

Quellen: <https://www.apotheken-umschau.de/gesund-bleiben/ernaehrung/schimmel-wann-gehoert-essen-in-den-muell-708727.html>
<https://www.vital.de/gesunde-ernaehrung/ernaehrungstipps/schimmel-auf-welchen-lebensmitteln-man-ihn-wegschneiden-kann>

3. Was kann man als Einzelner tun, um Lebensmittelverschwendung nicht zu unterstützen?

Neben einem achtsamen Umgang mit den eigenen Lebensmitteln zu Hause (wie in 1. und 2. beschrieben), gibt es viele coole Projekte, in denen Menschen angeblich wegzuwerfende Lebensmittel retten und etwas Neues daraus zu essen machen. Folgende Links geben Einblicke in dieses "Rettungswesen":

- <https://www.zerowasteaustria.at>
- <https://www.unverschwendet.at>
- <https://www.afreshed.at>
- <https://www.toogoodtogo.at>
- <https://www.gutekueche.at/resteverwertung>
- <http://www.foodsharing.de>

