

Name:

Datum:

Übersicht Lerntheke: Tofuschnitzel und Tofuwürstchen

Inzwischen achten bereits viele Menschen darauf, ihren Fleischverzehr zu reduzieren. Sie möchten damit die Umwelt schonen oder sie möchten nicht, dass für ihre Ernährung Tiere getötet werden.

Es gibt aber noch weitere Gründe, auf Fleisch verzichten zu wollen.

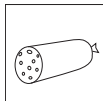


Arbeitsblatt "Gründe für Vegetarismus"

Sie sollen sich über vegetarische Ernährung informieren und Produkte finden, die zur Ergänzung des Speisenangebots Ihres Betriebes geeignet sind.

Ein Lieferant Ihres Betriebes bietet Tofu z.B. als Tofu Natur aber auch Tofuwürstchen an. Sollte Ihr Betrieb lieber traditionelle asiatische Tofu-Gerichte anbieten oder Soja-Lebensmittel, die wie Fleisch oder Wurst aussehen und schmecken?

Welche Gründe sprechen für Tofu-Speisen im Kostplan oder auf der Speisekarte, die wie Fleisch- und Wurstwaren aussehen und schmecken sollen?



Arbeitsblatt: "Vegetarische Produkte, die wie Fleisch und Wurst aussehen - Sinn oder Unsinn?"

Bei einer Recherche bei Lieferanten und Herstellern können Sie unterschiedliche vegetarische Produkte finden, die wie Fleisch oder Wurst aussehen. Welche vegetarischen Produkte dieser Art werden angeboten? Erstellen Sie eine Übersicht.



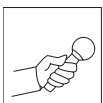
Arbeitsblatt "Fleisch,- und Wurstimitate im Angebot von Lieferanten"

Es ist erstaunlich, wie viele vegetarische Fertigprodukte dieser Art inzwischen angeboten werden. Wählen Sie ein Fertigprodukt aus Tofu aus (z.B. Vegetarische Sauce Bolognese). Bereiten Sie es in zwei Varianten zu: mit dem Fertigprodukt und selbst aus Tofu hergestellt. Vergleichen Sie.



Arbeitsblatt: SchmExperiment: Convenience - Selbstgemacht

Wie denken Ihre Kolleginnen und Kollegen darüber? Welchen Sinn haben die vegetarischen Würstchen oder der vegetarische Fleischersatz?



Arbeitsblatt: Meinungsumfrage zu Fleisch,- und Wurstimitate

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

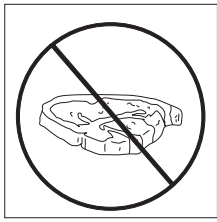


Soja - Vom Acker auf den Teller
Ein Unterrichtskonzept des Soja-Netzwerks

Name:

Datum:

Gründe für Vegetarismus



Ich hatte eine schwere Magen-Darm-Erkrankung und seitdem kann ich kein Fleisch und keine Wurst mehr essen. Ich bekomme starke Schmerzen davon und daher verzichte ich lieber darauf - auch wenn ich manchmal wirklich Lust darauf hätte.



Sven

Ich esse kein Fleisch, weil es mir einfach nicht schmeckt. Wurst und Speck kann ich auch nichts abgewinnen.



Anne

Ich esse kein Fleisch mehr, seitdem ich vier Jahre alt bin. Ich möchte nicht, dass ein Tier wegen mir getötet wird.



Miriam

Ich habe immer gerne Fleisch und Wurst gegessen, bis wir in der Schule den ökologischen Rucksack von Lebensmitteln durchgenommen haben. Rindfleisch z.B. hat einen 10 mal höheren Verbrauch an natürlichen Rohmaterialien als Gemüse. Das heißt, wir brauchen über 10 mal so viel Wasser, Boden und Sauerstoff, um dieses Lebensmittel herzustellen. Das kann ich für die nächsten Generationen nicht mehr verantworten. Daher verzichte ich auf Fleisch und Wurst.



Anton

Seitdem ich kein Fleisch mehr esse und auch auf die Wurstwaren verzichte, habe ich ganz schön abgenommen. Vorher war ich stark übergewichtig und verzichte für mein jetziges Gewicht gerne auf Fleisch und Wurstwaren.



Mara

Mein Onkel hat einen Schweinemastbetrieb, bei dem ich in den Ferien arbeiten durfte, um mein Taschengeld aufzubessern. Seitdem ich gesehen habe, wie diese Tiere leben müssen, damit wir später billig Fleisch und Wurst kaufen können, verzichte ich gerne darauf. Ich kann nicht verantworten, dass Tiere so gehalten werden.



Jannis

Ich bin Inderin und nehme meinen buddhistischen Glauben sehr ernst. Daher verzichte ich auf Fleisch und Wurstwaren, da wir Buddhisten daran glauben, dass jedes Lebewesen geschützt werden muss.



Shveta

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Soja - Vom Acker auf den Teller
Ein Unterrichtskonzept des Soja-Netzwerks

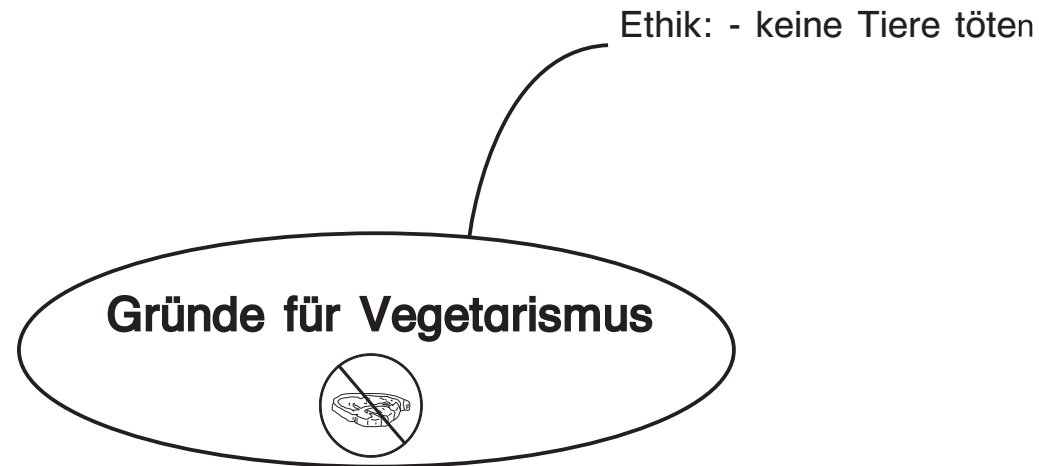
Name:

Datum:

Gründe für Vegetarismus

Aufgabe:

Formulieren Sie stichpunktartig die Gründe für die vegetarische Ernährung der Personen auf dem Blatt mit den Sprechblasen. Ergänzen Sie die Mindmap, wenn Ihnen noch weitere Gründe einfallen!



Aufgabe:

Ihr Betrieb möchte, dass auch Personen, die sich vegetarisch ernähren möchten, mit dem Speisenangebot ihres Betriebes zufrieden sind. Formulieren Sie Empfehlungen für das Speisenangebot.

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

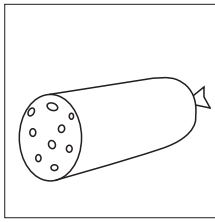


Soja - Vom Acker auf den Teller
Ein Unterrichtskonzept des Soja-Netzwerks

Name:

Datum:

Tofuwurst - Sinn oder Unsinn?



Tofu wird in Asien seit Jahrhunderten sehr kreativ teils als Alternative zum Fleisch aber auch zusätzlich zum Fleisch verzehrt. Die Tofuwurst, wie man sie in unseren Supermärkten findet, ist daher eine westliche Erfindung, genauso wie alle anderen vegetarischen Produkte, die wie Fleisch oder Wurst aussehen.

Aber warum ist das so?

Finden Sie für jede Position mindestens drei Argumente, die für oder gegen vegetarische Produkte sprechen, die wie Fleisch oder Wurst aussehen bzw. traditionell asiatisch zubereitet sind.

Bei den Argumenten geht es nicht um die Diskussion Fleisch zu verzehren oder nicht. Es geht darum, ob es sinnvoll ist, ein pflanzliches Produkt wie ein Fleischprodukt aussehen und schmecken zu lassen.

Tofuwürstchen	↔ Traditionell asiatisches Tofugericht

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Soja - Vom Acker auf den Teller
Ein Unterrichtskonzept des Soja-Netzwerks

Name:

Datum:

Vegetarische Alternativen zu Fleisch und Wurst - Sojaprodukte im Angebot von Lieferanten

Name des Lieferanten:						
Kontakt:				Zum Betrieb passend?		
Produktbezeichnung	Hersteller	Menge	Preis	Ja	Vielleicht	Nein

Warum würden Sie Ihrem Betrieb das ein oder andere Produkt als Ergänzung empfehlen?

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

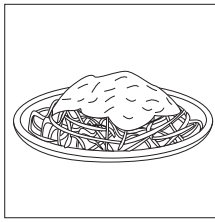


Soja - Vom Acker auf den Teller
Ein Unterrichtskonzept des Soja-Netzwerks

Name:

Datum:

SchmExperiment: Convenience oder Selbstgemacht?



Aufgabe 1

Bereiten Sie eine vegetarische Sauce Bolognese nach dem Rezept zu!

Aufgabe 2

Bereiten Sie eine vegetarische Fertigsauce Bolognese zu.

Aufgabe 3

Verkosten Sie die beiden Saucen und füllen Sie dabei die Tabelle aus:

	Sauce Bolognese nach Rezept selbst zubereitet	Sauce Bolognese Convenience
Kosten		
Dauer der Zubereitung		
Menge		
Geruch		
Aussehen		
Geschmack		

Mein Favorit ist: _____

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Soja - Vom Acker auf den Teller
Ein Unterrichtskonzept des Soja-Netzwerks

Name:

Datum:

SchmExperiment: Convenience oder Selbstgemacht?

Vegetarische Sauce Bolognese

Menge	Zutaten	Zubereitung
150ml 70g	Gemüsebrühe Sojaschnetzel	im Topf zum Kochen bringen. zugeben, 5 Minuten quellen lassen, nicht mehr kochen.
1 2 1 1 EL	Zwiebel Knoblauchzehen Möhre Olivenöl	schälen und klein würfeln. schälen und klein würfeln. waschen, schälen und fein würfeln. Die drei Zutaten in einem Topf in andünsten, bis die Zwiebeln glasig werden.
1Tetrapack (400g)	passierte Tomaten Oregano Salz Pfeffer	und die angeweichten Sojaschnetzel zugeben und mit kräftig würzen. Die Soße noch 10-15 Minuten leicht köcheln lassen.

Variationen:

Wer mag, kann die Sauce noch verfeinern mit Sellerie oder Chillis



Dazu passen Nudeln!

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

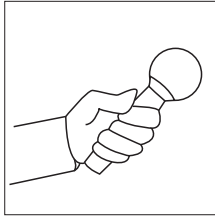


Soja - Vom Acker auf den Teller
Ein Unterrichtskonzept des Soja-Netzwerks

Name:

Datum:

Umfrage: Tofuwurst oder lieber asiatisch?



Befragen Sie Kolleginnen und Kollegen, ob sie Tofu in das Speisenangebot aufnehmen würden und welche Art der Zubereitung von Tofu sie empfehlen würden.

- 1.) Formulieren Sie sinnvolle Fragen.
- 2.) Werden Ihre Fragen verstanden? Erproben Sie Ihre Fragen zunächst bei Freunden und Bekannten und ändern Sie sie gegebenenfalls ab.
- 3.) Nun wird es ernst - führen Sie die Interviews und halten Sie die Antworten fest. Sie können auch Audio-Aufzeichnungen machen.
- 5.) Werten Sie die Antworten aus. Erstellen Sie zu den Aussagen, Meinungen, und Empfehlungen eine Übersicht.
- 6.) Stellen Sie Ihre Ergebnisse im Betrieb oder der Schule vor.

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Soja - Vom Acker auf den Teller
Ein Unterrichtskonzept des Soja-Netzwerks

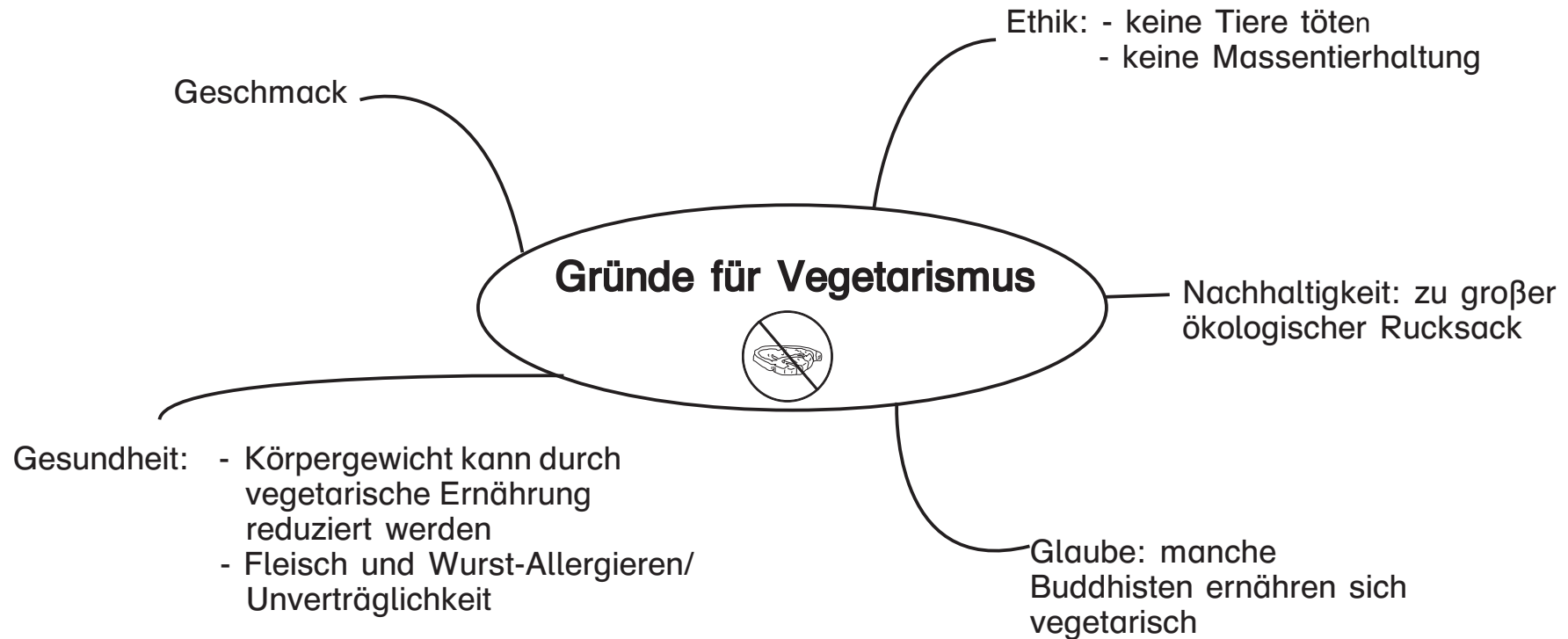
Name:

Datum:

Gründe für Vegetarismus (Lösung)

Aufgabe:

Formulieren Sie stichpunktartig die Gründe für die vegetarische Ernährung der Personen auf dem Blatt mit den Sprechblasen. Ergänzen Sie die Mindmap, wenn Ihnen noch weitere Gründe einfallen!



Aufgabe:

Formulieren Sie für die Personen auf dem Blatt, die sich vegetarisch ernähren möchten, Ihre Empfehlungen zum Speisenangebot Ihres Betriebes.

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

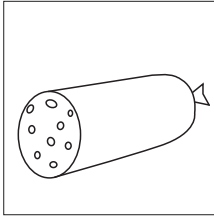


Soja - Vom Acker auf den Teller
Ein Unterrichtskonzept des Soja-Netzwerks

Name:

Datum:

Tofuwurst - Sinn oder Unsinn? (Lösung)



Tofu wird in Asien seit Jahrhunderten sehr kreativ teils als Alternative zum Fleisch aber auch zusätzlich zum Fleisch verzehrt. Die Tofuwurst, wie man sie in unseren Supermärkten findet, ist daher eine westliche Erfindung, genauso wie alle anderen vegetarischen Produkte, die wie Fleisch oder Wurst aussehen.

Aber warum ist das so?

Finden Sie für jede Position mindestens drei Argumente, die für oder gegen vegetarische Produkte sprechen, die wie Fleisch oder Wurst aussehen bzw. traditionell asiatisch zubereitet sind.

Bei den Argumenten geht es nicht um die Diskussion Fleisch zu verzehren oder nicht. Es geht darum, ob es sinnvoll ist, ein pflanzliches Produkt wie ein Fleischprodukt aussehen und schmecken zu lassen.

Tofuwürstchen	↔ Traditionell asiatisches Tofugericht
Zubereitung ist bekannt.	Man lernt neue Zubereitungsarten kennen z.B. im Wok.
Form ist bekannt und erleichtert den Genuss von fleischlosen Produkten.	Tofu kann flexibel eingesetzt werden.
Geschmack ist an echten Würstchen orientiert.	Geschmack kann individuell beeinflusst werden.

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Soja - Vom Acker auf den Teller
Ein Unterrichtskonzept des Soja-Netzwerks