



1

Ägyptische Bauwerke als Garten für unterirdische Äpfel DER ERDAPFEL ODER DIE KARTOFFEL? – SPEISEN IN ÖSTERREICH

2,5-3 h



Was kann aus Kartoffeln alles gemacht werden, wie viel Kilogramm werden pro Kopf in Österreich im Jahr gegessen, das sind Fragen mit denen sich eine Gruppe in diesem Setting beschäftigt. Ein lustiges Kartoffelkäferspiel lenkt den Fokus auf die unterirdische Knolle, für die ein Pyramidenbeet oder Sackgarten angelegt wird. Dauer ca. 2,5 – 3 Stunden.

30' **EINSTIEG**

Unser Lieblingsessen

Folgende Fragen können als Einstieg gestellt werden:

- Traditionelle Gerichte aus den Heimatländern
- Lieblingspeise
- Wer kocht zu Hause?
- Wie werden Speisen zubereitet?

Sammeln Sie die Speisen und wichtigsten Zutaten auf einem Plakat. Lenken Sie nun die Diskussion auf österreichische Speisen.

- Traditionelle österreichische Hausmannskost
- Regionale Spezialitäten
- Was wird wo in Österreich angebaut?

Informationen finden Sie zum Beispiel unter folgendem Link: www.demokratiewebstatt.at/thema/thema-landwirtschaft-einst-und-jetzt/was-ist-landwirtschaft/die-landwirtschaft-in-den-bundeslaendern

Zur Auflockerung ein kurzes Spiel: **KARTOFFELKÄFER**

60-80' **HAUPTTEIL**

Da Kartoffel fast überall in Österreich angebaut werden und ein wichtiger Bestandteil traditioneller Gerichte sind, werden in diesem Setting Kartoffel angebaut. Dazu bauen Sie mit der Gruppe eine Kartoffelpyramide. Wenn kein Garten zur Verfügung steht, kann ein Sackgarten angelegt werden.

60' **ABSCHLUSS**

Nach dem sich alles um Kartoffel dreht, müssen diese natürlich auch gekostet werden. Gemeinsames Kochen und Essen ist sehr beliebt. Es bietet Platz für ungezwungenen Austausch. Es gibt unzählige Rezepte für schnelle Kartoffelgerichte. Wir haben einen Salat zubereitet.

VARIATIONEN

Land Art ist eine begeisternde Übung, die aber eine gute Vorbereitung bedarf. Sie ist wenig als Einstieg geeignet, denn sie setzt Vertrauen und Bereitschaft zum Experimentieren voraus. Daher besonders gut geeignet als Abschluss. Sie kann als Einzelübung durchgeführt werden, dann hat sie eher einen meditativen Charakter. Oder sie wird als Gruppenübung durchgeführt, dann steht das gemeinsame Gestalten, das „Miteinander Bauen“ im Vordergrund. Hier ist es wichtig, dass die Gruppenmitglieder miteinander können, bei dieser Übung ist die Bildung von Gruppen auf freiwilliger Basis einer zufälligen Verteilung vorzuziehen. www.land-oberoesterreich.gv.at/files/publikationen/uak_LandArt.pdf

MIT ANDEREN AUGEN

Vielfalt erleben – Nachhaltigkeit leben

BESONDERHEITEN DIESES SETTINGS

- Online Wörterbücher helfen beim Übersetzen von Zutaten.
- Beachten Sie religiöse Speisevorschriften. Hier kann man voneinander lernen, in dem Sie sich diese von den TeilnehmerInnen erklären lassen.
- Bieten Sie Arbeitshandschuhe an (Einweghandschuhe sind dafür geeignet, auch wenn dadurch viel unnötiger Müll anfällt). Wir haben die Erfahrung gemacht, dass Handschuhe bei Gartenarbeit sehr beliebt sind. Gartenarbeit ist den TeilnehmerInnen oft fremd.
- Achten Sie auf Vorurteile: „Einer arbeitet, fünf andere schauen dabei zu!“, „Frauen können nicht Handwerken!“. Ermutigen Sie alle TeilnehmerInnen beim Bau der Pyramide mitzuhelfen.

WEITERE TIPPS

- www.bmlfuw.gv.at/land/lebensmittel/trad-lebensmittel.html
- www.genuss-region.at
- Die Saatkartoffeln sollten etwas vorgekeimt sein, dazu die Kartoffeln 2 – 3 Wochen ab März an einem hellen Ort keimen lassen. Verwenden Sie torffreie Erde, der Umwelt zuliebe. Hinweise zur Pflege und Ernte der Kartoffel: www.soschmecktnoe.at/haeufig-gestellte-fragen
- Wenn TeilnehmerInnen überhaupt nicht mitarbeiten wollen, geben Sie ihnen andere Aufgaben, damit sich diese TeilnehmerInnen auch sinnvoll beschäftigen können und sich nicht nutzlos vorkommen. Zum Beispiel kann jemand als FotografIn mitarbeiten und die Arbeit der anderen mit Fotos dokumentieren. Oder jemand kann die Jause vorbereiten.

ANLEITUNGEN

KARTOFFELKÄFERSPIEL:

Die Gruppe stellt sich im Kreis auf. Jede Person „ist ein Kartoffelkäfer“ und sucht sich geheim eine andere Person aus, die für den Käfer die Kartoffel darstellt. Nun muss jeder

Käfer versuchen seine Kartoffel 3-mal zu umkreisen. Erst wenn das geschafft ist, darf man bei seiner Kartoffel stehen bleiben. Es wird ein wildes Durcheinander entstehen, denn es ist gar nicht so einfach, da ja niemand weiß, wer sich wen als Kartoffel ausgesucht hat.

KARTOFFELPYRAMIDE:

- 4 Bretter 100 x 20 cm, 4 Bretter 72 x 20 cm, 4 Bretter 52 x 20 cm, 4 Bretter 38 x 20 cm
- ca. 0,6 m³ Erde, ca. 50 Nägel, Länge abhängig von Stärke (Empfehlung: 2,5 cm) der Bretter
- 16 Kartoffel

Die je 4 gleich großen Bretter zu einem Quadrat zusammenbauen. Das größte Quadrat liegt am Boden auf und wird mit Erde befüllt. Anschließend der Größe nach die restlichen Quadrate um 45° versetzt darüber setzen und mit Erde befüllen. In jedes Eck eine Kartoffel etwa 10 cm tief, mit dem Keimling nach oben gerichtet, vergraben.

www.soschmecktnoe.at/erdaepfelpyramide

SACKGARTEN:

Jute- oder Reissäcke zu einem Drittel mit Erde befüllen. Die Ränder einrollen und eine Kartoffel 10 cm tief in der Erde vergraben. Wenn die Kartoffel ca. 20 cm hoch gewachsen ist, kann wieder ca. 10 cm Erde aufgetragen werden. Dieser Vorgang kann noch 2- 3-mal durchgeführt werden. Zumindest bis zum oberen Rand des Sackes.

www.zeit.de/lebensart/2011-05/prinzessinnengaertner-kartoffeln

KARTOFFELSALAT:

Zutaten für 8 Personen:

1200 g Kartoffeln (festkochend), 120 g Zwiebeln, 500 ml Rind- oder Gemüsesuppe, 6 EL Essig, 12 EL Pflanzenöl, 1 TL Senf, Salz, Pfeffer, Zucker
Kochdauer ca. 30 Minuten

1. Die Kartoffel mit der Schale kochen. Anschließend schälen und noch warm in dünne Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben.
2. Suppe erwärmen, noch warm zu den Kartoffeln geben.
3. Mit Essig, Öl, Zwiebeln, Senf, Zucker, Salz und Pfeffer würzen
4. So lange unterrühren, bis der Salat eine sämige Bindung bekommt.

HINTERGRUNDINFORMATION

Dieses Setting eignet sich gut für eine langfristige Zusammenarbeit. Die Kartoffeln müssen regelmäßig gepflegt werden (Kartoffelkäfer entfernen, Unkraut jäten, gießen, ...). Die TeilnehmerInnen lernen Verantwortung zu übernehmen und einen achtsamen Umgang mit Pflanzen, denn es ist ihre Aufgabe für eine erfolgreiche Ernte zu sorgen. Erfolge sind leicht sichtbar, allerdings nicht unmittelbar, denn für eine erfolgreiche Ernte braucht es Geduld.

Über Gerichte und Speisen lernen die TeilnehmerInnen Elemente der österreichischen Landwirtschaft kennen.

MATERIAL FÜRS PROGRAMM

- EINSTIEG: Plakat und Stifte
- KARTOFFELPYRAMIDE: Hammer, Schaufel, Arbeitshandschuhe
- SACKGARTEN: Jute- oder Reissäcke, ca. 30 Liter Erde pro Sack, Schaufeln, Kartoffeln
- KARTOFFELSALAT: Kochgelegenheit und Zutaten, Schüssel, Messer, Schneidbrett, Besteck

Verein GartenTherapieWerkstatt

Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik

Roswitha Wolf & Stefanie Wagner

www.greencare.at

Wien, Mai 2017

Gefördert durch

