Sehr geehrte Damen und Herren,

ich freue mich Ihnen heute unser **innovatives Ernährungsbildungskonzept** vorzustellen. Die KOCH-AG von KOCHEN macht Schule.

Gelingende Ernährungsbildung kann eine **Voraussetzung** und ein **wesentlicher Bestandteil** sein, um **Konzepte der Schulverpflegung** neu zu denken und umzusetzen.

Und mit Bildung meine ich nicht das auswendig lernen von Theorie, sondern vor allem Lernen durch **Selbsterfahrungen mit Kochen, Essen** und allem was dazu gehört. ➔

Wie sagt **Vincent Klink** (Schirmherr): „**Essen ist ein Prozess, der gelernt werden muss**."

Und diesen **Prozess** möchten wir **anstoßen** und **fortführen.**

Unsere **KOCH-AG** kann dafür ein **wichtiger Baustein** sein. Bei uns **nehmen** die Kinder die **Zutaten und Kochlöffel** selbst in die **Hand.** Sie **kochen und essen gemeinsam,** bekommen **theoretischen Input mundgerecht** verpackt und können **gelerntes sofort anwenden.**

Bevor ich schildere wie wir das tun, möchte ich mich Ihnen gerne noch **kurz vorstellen und erzählen wie ich zu KOCHEN macht Schule gekommen bin:** ➔

Ich bin Johannes Ellner und **Essen ist mein Leben.** Zur Veranschaulichung, **wie meine ich das?**

Aufgewachsen bin ich mit einem **Vater**, der selbst in der **Gastronomie** gekocht hat.

Mit **fünfzehn** Jahren habe ich angefangen, **ehrenamtlich auf Jugendfreizeiten** zu kochen und mache das bis heute.

KOCHEN macht Schule gGmbH
August-Bebel-Straße 26
04275 Leipzig

Tel.: +49 160 3650223
info@kochen.macht-schule.org
www.kochen-macht-schule.org

Geschäftsführer: Lutz Lange
Amtsgericht Leipzig / HRB 34212
Steuer-Nr.: 231/124 /01245

Commerzbank
IBAN: DE65 8004 0000 0321 7726 00
BIC: COBADEFFXXX

Nach der Schule schloss ich bei Würzburg eine **Kochausbildung** bei einem **Sternerestaurant** der Jeunes Restaurateurs d'Europe ab.

Da ich gerne den **gesamten Prozess** der Lebensmittelerzeugung und -verarbeitung kennenlernen wollte, habe ich danach in der **Landwirtschaft** gearbeitet.

Mit der Zeit habe ich gemerkt, dass meine **Leidenschaft nicht nur** darin liegt, **für andere** zu kochen oder Lebensmittel anzubauen. Vielmehr möchte ich **mit anderen gemeinsam gutes Essen erleben** und dafür **sensibilisieren**.

Deshalb habe ich **Soziale Arbeit** in Dresden studiert – immer mit dem Fokus darauf wie man **Essen, Kochen und Genuss praktisch** in den Feldern der **Sozialen Arbeit** umsetzen kann.

Neben dem Studium arbeitete ich in einem **Restaurant,** das jeden Tag auch **1000** Kinder an Kitas und Schulen mit **Essen** versorgte – **frisch** gekocht, in Zusammenarbeit mit **lokalen Erzeugern** und **biozertifiziert**.

Nach dem Studium war es mir wichtig auch in der Sozialen Arbeit **praktische Erfahrung** zu sammeln und habe deshalb in **Jugendwohngruppe mit angeschlossenem Bauernhof** bei Greifswald gearbeitet.

Jetzt **freue** ich mich jetzt sehr darüber, dass sich der **Kreis schließt** und ich all diese Felder bei **KOCHEN macht Schule** miteinander **kombinieren** darf.

Bevor ich zu KOCHEN macht SCHULE komme, möchte ich Ihnen noch einen **kurzen Überblick** über meinen weiteren Vortrag geben. ➔

KOCHEN macht Schule gGmbH
August-Bebel-Straße 26
04275 Leipzig

Tel.: +49 160 3650223
info@kochen.macht-schule.org
www.kochen-macht-schule.org

Geschäftsführer: Lutz Lange
Amtsgericht Leipzig / HRB 34212
Steuer-Nr.: 231/124 /01245

Commerzbank
IBAN: DE65 8004 0000 0321 7726 00
BIC: COBADEFFXXX

Zunächst werde ich erzählen, **was Kochen macht SCHULE ist** und welche unsere **wichtigsten Projekte waren und sind.**

Im Anschluss stelle ich die **Koch-AG vor**. **Was** möchten wir durch sie **vermitteln**. Welche **Materialien** haben wir zur Ernährungsbildung erarbeitet.

In **welche Themen** ist unser Konzept **gegliedert**, was sind die **konkreten Inhalte** und wie **funktioniert** unser **Baukastensystem**.

Zum Schluss gebe ich noch einen **Ausblick**, wie es mit unserer Koch-AG weitergeht. ➔

ALSO: WAS GENAU IST KOCHEN MACHT SCHULE, WAS MACHEN WIR UND WAS TREIBT UNS AN?

Wir möchten in Schulen und bei Heranwachsenden ein **Bewusstsein für die Bedeutung von gutem Essen** schaffen. Dabei möchten wir jungen Menschen **vermitteln**, wie die **Auseinandersetzung mit sämtlichen Aspekten** der Ernährung auf **vielfältige** Weise zu einem **angenehmen und genussvollen Leben** beitragen kann.

Das **Hauptaugenmerk** lag dabei knapp **fünfzehn Jahre** lang auf der Durchführung eines **Schülerkochwettbewerbs**, dem **Schülerkochpokal**. Hier traten erst **Teams verschiedener Schulen** gegeneinander an, um dann die **Siegerteams der jeweiligen Bundesländer** in einem **Bundesfinale** antreten zu lassen.

Die Intention war **weniger ein harter Wettbewerb,** sondern dieser als **Mittel** um junge Menschen für **gutes Kochen zu begeistern und zusammenzubringen**.

Des weiteren **organisieren** wir **gemeinsam** mit dem **Institut für Ernährung, Sport- und Gesundheitsmanagement** in verschiedenen Bundesländern die **KOCHSCHULE**, ein Projekt der **mobil Krankenkasse .**

KOCHEN macht Schule gGmbH
August-Bebel-Straße 26
04275 Leipzig

Tel.: +49 160 3650223
info@kochen.macht-schule.org
www.kochen-macht-schule.org

Geschäftsführer: Lutz Lange
Amtsgericht Leipzig / HRB 34212
Steuer-Nr.: 231/124 /01245

Commerzbank
IBAN: DE65 8004 0000 0321 7726 00
BIC: COBADEFFXXX

In den **letzten Jahren** haben wir ein **Konzept** entwickelt, dass **umfänglicher** an das Thema **Essen** heran gehen möchte. **Essen ist ein Prozess, der gelernt werden muss**, allerdings gehört zu diesem Lernprozess **viel mehr** als nur das Essen. So liegt der **Fokus** bei der Koch-AG auf dem **aktiven Tun** und der **gesamten Wertschöpfungskette** von Lebensmitteln**.** ➔

Wir möchten Kindern und Jugendlichen eine **Vielfalt** an **Kulinarischem** und allem, was damit **zusammenhängt**, **vermitteln**.

Wir **stoßen** bei den Heranwachsenden einen **genussvollen, kreativen Prozess** an und **öffnen** einen **Raum,** in dem sich junge Menschen **ausprobieren** können und der einerseits zur **Wissens-** andererseits aber auch zur **Identitätsbildung** beiträgt.

Wir geben ihnen **handwerkliche Fähigkeiten** mit auf den Weg und **vermitteln** so auch gleich **lebenspraktische Fertigkeiten**.

Natürlich werden auch **Grundlagen** über **Lebensmittel**, deren **Anbau**, **Herstellung** und **Zubereitung** thematisiert und wie man mit Essen, **seinem Körper** und seinem **Geist** etwas **Gutes** tun kann. ➔

Aber die Küche ist **nicht nur** ein Ort der **Kreativität** und **Lust**, sondern auch immer einer, in dem es **Organisation**, **Struktur**, **Hygiene** und **Zeitmanagement** braucht. Man kommt nur ans **Ziel** wenn man **gemeinsam** arbeitet, sich **gegenseitig unterstützt** und alle Arbeiten in der Küche als **ebenbürtig** und wichtig erachtet.

Es kann **stressige** Situationen geben, doch wenn diese **adäquat pädagogisch** begleitet werden, können alle **gestärkt** daraus hervorgehen. Und das Gute ist, die **Belohnung** dafür ist **nicht weit weg**, sondern sie landet gleich **genussvoll** im **Bauch** der Schülerinnen und Schüler.

Küchen, gerade in der **Gastronomie**, werden oft als **streng hierarchische** Konstrukte wahrgenommen. Doch gerade im **Schulkontext** ist das gemeinsame Kochen und

KOCHEN macht Schule gGmbH
August-Bebel-Straße 26
04275 Leipzig
Tel.: +49 160 3650223
info@kochen.macht-schule.org
www.kochen-macht-schule.org
Geschäftsführer: Lutz Lange
Amtsgericht Leipzig / HRB 34212
Steuer-Nr.: 231/124 /01245
Commerzbank
IBAN: DE65 8004 0000 0321 7726 00
BIC: COBADEFFXXX

Essen eine **Möglichkeit**, die vorhandenen **Hierarchien abzubauen** und **Beziehungen aufzubauen**.

Das **Schulpersonal** sitzt mit den **Kindern** an **einem Tisch**, alle **Essen** das **gleiche**, **informelle Gespräche** finden statt, man **gibt** etwas von sich **preis** und **tauscht** sich über **persönliches** aus.

Es kann **gleichberechtigt ohne Bewertungsdruck** miteinander gesprochen werden. Junge Menschen können sich, wenn es zugelassen wird, **ausprobieren**, verschiedene **Rollen erkunden** und so ihre **Identität entwickeln** .

Kultureller Austausch findet statt, es kann über **nachhaltiges** und **gerechtes Wirtschaften** nachgedacht werden und das alles im **Rahmen von aktivem Tun und Genuss.** ➔

WIE ERREICHEN WIR DAS?

Unser Konzept soll **Lehrkräfte**, **Schulsozialarbeiter:innen** und andere **engagierte** Menschen befähigen, selbst eine **KOCH-AG** zu leiten. Wir haben **umfangreiches Bildungsmaterial** zusammengestellt.

Eine **allgemeine Übersicht** über das jeweilige Modul, einen **genauen Ablaufplan**, der je nach Gruppe etwas **angepasst** werden kann. **Materialliste**, **Arbeitsblätter**, mit dazugehörigen **Lösungen**, sowie **Handouts** mit den wichtigsten Fakten für die Schülerinnen und Schüler. Außerdem natürlich **Rezepte** passend zum jeweiligen Thema. ➔

Die Koch-AG ist in **vier Food-Bildungsbausteine** gegliedert: **Anbau, Kochen, Genießen und Aufbewahren.** ➔

KOCHEN macht Schule gGmbH
August-Bebel-Straße 26
04275 Leipzig

Tel.: +49 160 3650223
info@kochen.macht-schule.org
www.kochen-macht-schule.org

Geschäftsführer: Lutz Lange
Amtsgericht Leipzig / HRB 34212
Steuer-Nr.: 231/124 /01245

Commerzbank
IBAN: DE65 8004 0000 0321 7726 00
BIC: COBADEFFXXX

Die **Module**, die Sie **rechts** des jeweiligen Bildungsbausteins sehen, sind immer nur **Beispiele**. Insgesamt gibt es **35** solcher Module.

Der Baustein **Anbau** legt den Fokus auf die **Erzeugung** und **Inhaltsstoffe** von Lebensmitteln. Eine **Exkursion** zu einem **Landwirtschaftsbetrieb** wird durchgeführt und es wird auf **allgemeine Ernährungsgrundlagen,** die **Wirkung im Körper,** aber auch beispielsweise auf die **Klimaauswirkungen von Lebensmitteln** eingegangen.

Ebenso findet eine **Einführung** in die **Thematik** der **Regionalität** und **Saisonalität** statt. ➔

Im nächsten Baustein liegt der Schwerpunkt auf den **Grundlagen** des **Kochens: Handwerkliches Know-How**, **Koch-** und **Zubereitungstechniken**, **sicheres Arbeiten** in der Küche, sowie die Umsetzung und **Erstellung von Rezepten** werden thematisiert.

Auch in die **Welt des Abschmeckens** wird eingeführt. Zum Beispiel anhand des **Geschmacksdreiecks aus Salz, Säure und Süße** oder durch die Beschäftigung mit dem Geschmack **Umami**. ➔

Im **Genussbaustein** beschäftigen wir uns intensiv mit **verschiedenen Aromen** und auch mit **Foodpairing**. Außerdem wird auf die **soziale Rolle** und Funktionen von gemeinsamen Kochen und Essen eingegangen. ➔

Im **letzten Baustein** dreht sich alles um das **Haltbarmachen** und das **Aufbewahren** von Lebensmitteln. Wie **koche ich Essen ein**, wie **verderben** Lebensmittel, welche **Schädlinge** muss man auf dem Schirm haben, auf welche Weise werden Lebensmittel am besten **gelagert** und wie kann man **Lebensmittelverschwendung vermeiden**? ➔

Insgesamt gibt es **fünfunddreißig** Module à **135** Minuten, also **drei Schulstunden**. So kann beispielsweise im Rahmen eines Ganztagsangebots **jede Woche** im **Schuljahr** ein Modul angeboten werden.

KOCHEN macht Schule gGmbH
August-Bebel-Straße 26
04275 Leipzig

Tel.: +49 160 3650223
info@kochen.macht-schule.org
www.kochen-macht-schule.org

Geschäftsführer: Lutz Lange
Amtsgericht Leipzig / HRB 34212
Steuer-Nr.: 231/124 /01245

Commerzbank
IBAN: DE65 8004 0000 0321 7726 00
BIC: COBADEFFXXX

Unsere KOCH-AG ist jedoch **kein festes Konstrukt**, das genau so angewendet werden muss. Mit jeder Schule können wir die Module an die **inhaltliche Vorstellungen**, die **vorhandene Küchenausstattung** und die **verfügbaren zeitlichen Ressourcen** anpassen. Dadurch können die Module **auch durchgeführt** werden, wenn **nicht ausreichend** Zeit für eine ununterbrochene Durchführung von **135 Minuten** zur Verfügung steht.

Die Module **bauen** auch **nicht inhaltlich aufeinander** auf. Jedes Modul bietet eine **abgeschlossene Lerneinheit**. Sie können in **beliebiger Reihenfolge** durchgeführt werden, je nach Interesse der Schule.

Es besteht außerdem die Möglichkeit, **einzelne Module** auszuwählen, beispielsweise für **Thementage** oder eine **Projektwoche**. Obwohl der **Lernprozess** natürlich **besser** ist, wenn er **kontinuierlich** stattfindet und Ernährungsbildung **nicht nur ein Projekt** ist, dass **einmal im Jahr** angeboten wird.

Wir lassen die Schulen mit ihrer KOCH-AG nicht **alleine**. Uns ist **Flexibilität** wichtig, und wir möchten immer in **engen Kontakt** mit den interessierten **Schulen** und den **durchführenden Personen** stehen um so **maßgeschneiderte Angebote** machen zu können. ➔

Wie schon gesagt, die KOCH-AG ist kein festes Konstrukt, sondern sie **entwickelt** sich **stetig weiter**. Wir möchten, **basierend** auf dem **Feedback** der Schulen und den **neuesten Erkenntnissen** in der **Ernährungsbildung**, **Module erweitern**, **bearbeiten** und **neue Module** schaffen.

Selbstverständlich erhalten die Schulen, **sobald** sich etwas **ändert**, das **aktualisierte Modul**. So garantieren wir, dass die KOCH-AG **immer zeitgemäß** und **qualitativ hochwertig** ist.

KOCHEN macht Schule gGmbH
August-Bebel-Straße 26
04275 Leipzig

Tel.: +49 160 3650223
info@kochen.macht-schule.org
www.kochen-macht-schule.org

Geschäftsführer: Lutz Lange
Amtsgericht Leipzig / HRB 34212
Steuer-Nr.: 231/124 /01245

Commerzbank
IBAN: DE65 8004 0000 0321 7726 00
BIC: COBADEFFXXX

Außerdem möchten wir für Menschen, die daran interessiert sind eine KOCH-AG durchzuführen, die Möglichkeit geben an **Fortbildungen** teilzunehmen.

In diesen sollen **Küchentechnik** und **Sensorik** vermittelt werden und außerdem auf **Ernährungswissen,** sowie **pädagogische** und **soziale Dimensionen** von **gemeinsamen Kochen** und **Essen** eingegangen werden.

Unsere **Vision** ist es, **deutschlandweit jungen Menschen Ernährungs**- und **Genussbildung** zu vermitteln.

Wir sind überzeugt, dass die **aktive Auseinandersetzung** mit **Ernährungsthemen** und die **Einbindung von Schülerinnen und Schülern in die Verpflegung** maßgeblich dazu beitragen kann, **Schulessen neu zu denken,** zu **etablieren** und vielleicht das **wichtigste**:

Sie kann die Voraussetzung schaffen, dass Heranwachsenden **gerne** über den eigenen **Tellerrand** hinausschauen und so **neue Ess- und Genusserfahrungen kennen- und lieben** lernen.

Und das alles, immer mit dem **Fokus** auf dem **Lernen mit allen Sinnen** und dem **Lernen durchs Selbermachen**, denn wie sagte **Ignatio** von Loyola so schön:

„**Nicht das Vielwissen sättigt die Seele und befriedigt sie, sondern das Verspüren und Verkosten der Dinge von innen her**.“

Und genau dort setzen wir an.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

KOCHEN macht Schule gGmbH
August-Bebel-Straße 26
04275 Leipzig

Tel.: +49 160 3650223
info@kochen.macht-schule.org
www.kochen-macht-schule.org

Geschäftsführer: Lutz Lange
Amtsgericht Leipzig / HRB 34212
Steuer-Nr.: 231/124 /01245

Commerzbank
IBAN: DE65 8004 0000 0321 7726 00
BIC: COBADEFFXXX