

# VERSE RÜHREN, GESCHICHTEN KOCHEN

Leckere Lebensmittel, selbst erfundene Geschichten, gemeinsames Kochen und Essen – dies sind die Zutaten für den Workshop «Essen Sätze Suppentopf». Sechs- bis neunjährige Kinder lernen im Kurs, der am Literaturhaus Lenzburg und an Aargauer Schulen angeboten wird, auf spielerische Art Wissenswertes über die Herkunft und Verarbeitung von Lebensmitteln. Gleichzeitig erkunden sie die Geschichten- und Sprachwelt, die sich in den Kochtöpfen verbirgt. Einen Einblick in den Workshop gibt seine Leiterin und Projekt-Initiantin LEA GUIDON\*.

Die Augen der Kinder blitzen erwartungsvoll. Kochen wir heute Spaghetti? Oder Chicken Nuggets? – Das Menü bleibt vorerst das Geheimnis der Kochgruppe, die sich in die Küche verabschiedet. Die andere Hälfte der Kinder macht sich zusammen mit Wort- und Schauspieler Simon Chen auf zum Geschichten-Kochen. Denn in der Kurusausschreibung des Workshops «Erbsen Sätze Suppentopf» ist ja nicht nur von Erbsen, sondern auch von Sätzen die Rede; beides soll im Kochtopf landen! Wie soll das gehen?

Der Reihe nach: Ausgangsprodukt sind saisonale und regionale Lebensmittel. Und die wollen erst mal kennengelernt werden. Woher kommen die Karotten, die Milch, die Eier? Wie entsteht das Mehl für die oft genannte Lieblingspeise, die Pizza? Die Lebensmittel werden mit allen Sinnen erkundet. Manche Kinder haben einen Garten und kennen viele der Gemüse- und Obstsorten, die vor ihnen auf einem Tuch am Boden liegen; andere betrachten, betasten, beschnuppern und benennen einige der Früchte, Wurzeln und Knollen zum ersten Mal und können sich nicht vorstellen, dass aus einem Sellerie etwas Appetitliches hergestellt werden kann.

## Leckere Geschichten und fabulierte Menüs

Auch im Geschichtenzimmer sind Lebensmittel das «Rohmaterial». Hier hören die Kinder Geschichten, Lieder und Verse rund ums Essen, erfinden und zeichnen eigene Geschichten oder stellen sie pantomimisch dar. Aus Zucchini, Kartoffeln und Schnittlauch entsteht ein Gesicht mit einem grossen Mund, das ein Abenteuer im Gemüse Keller zu erzählen weiss. Oder die Runde überlegt, wie sich Kobolde, Ameisen oder fleischfressende Pflanzen eigentlich guten Appetit wünschen und was als Proviant für eine Reise ins Schmatz-Tal passt. Zur Sprache gehört auch die Bewegung:



FOTO: LEA GUIDON.

Aus dem kreativen Umgang mit dem Essen entspinnen sich Geschichten.

Die Kinder wagen sich im Spiel in einen geheimnisvollen, wilden Garten, wo allerlei Früchte wachsen, die geerntet und gekostet werden wollen. Plötzlich aber steht da der Hund des Gartenbesitzers, der die Eindringlinge aus dem Garten vertreiben will. Die lassen es sich jedoch nicht nehmen, nochmals bei allen Köstlichkeiten vorbeizuhuschen – drei Mal so schnell wie zuvor – bis zum rettenden Gartentor.

Schelmisches Vergnügen bereitet den Kindern das Fabulieren über möglichst gruselige oder fantastische Menüs. Die Frage nach dem gesunden Essen darf auch mal mit viel Augenzwinkern diskutiert werden: «Peperoni gänd Plattfüess» und «Schabziger macht schüüch». Oder etwa nicht? Nebst den vielen, von den Kindern erfundenen, zuweilen extravaganten Geschichten machen gerade auch einfache, alte Lumpenlieder oder Reime grossen Spass. Etwa ein Zweizeiler von Mani Matter: «Was isst dr Elefant Zmittaag? – Panierte Fisch mit Chööli. / U d Creme, was zum Dessär git? – Die laa er staa, dä Lööli!» Oder, ganz volkstümlich: «Säg nid immer mit em volle Muul, / ich söll nid schwätze mit em volle Muul.»

## Kochen als Erlebnis

Während bei den kleinen Geschichtenköchinnen und -köchen bald der Magen zu knurren beginnt, wird in der Küche eifrig

\*LEA GUIDON arbeitet als Ernährungspädagogin, Lehrmittel- und Kinderbuchautorin in Aarau. Ihr Kinderbuch «Ravi & Oli in Grünland» erscheint diesen Herbst bei Orell Füssli Kinderbuch.



FOTO: LEA GUIDON.

Die Geschichte von Onkel Arthurs Pfannkuchen-Desaster gibt das Rezept für die Kochgruppe vor: Es gibt Ofenomelette mit Gemüse.

geschält, geschnippelt und gerührt und aus den zuvor entdeckten Zutaten ein Mittagessen gekocht. Das Wort «gesund» fällt nie; es ist nicht nötig. Das Erlebnis zählt: Kochen macht Spass! Und: Aus frischen Lebensmitteln entsteht eine leckere Mahlzeit!

Die Kinder erleben, wo sich die Getreidekörner in den Ähren versteckt halten, wie aus Körnern Mehl, aus Mehl ein Teig und aus Teig und Gemüse eine Omelette entsteht. Oder

sie stampfen Kartoffeln und Sellerie zu Brei und staunen darüber, was herauskommt, wenn man Joghurt, Kräuter und verschiedenfarbige Gewürze vermischt. Natürlich muss aus jedem Topf probiert werden, und manch ein Kind wundert sich, dass es ein bisher verschmähtes Lebensmittel – auf eine andere Weise und vor allem selber zubereitet – nun doch mag.

Auch bei der Kochgruppe spielt die Sprache eine zentrale Rolle. Das beschränkt sich nicht nur auf die Anweisungen für die nächsten Schritte im Kochablauf. Vielmehr wird jedes Rezept in eine Geschichte verpackt. Da gibt es etwa das Pfannkuchen-Drama von Onkel Arthur, der nach vielen missglückten Versuchen, die Omeletten in der Luft zu wenden, den restlichen Teig schliesslich auf ein Blech kippt und – mit viel buntem Gemüse dekoriert – zu einer herrlich duftenden Ofenomelette backt. Mit dieser Geschichte im Kopf läuft es in der Küche wie am Schnürchen. Die hungrige Geschichtengruppe wird zu Tisch gerufen und wiederum mit einer Geschichte in die verhängnisvollen Umstände des eben angerichteten Menüs eingeweiht.

Nach dem gemeinsamen Mittagessen werden die Gruppen getauscht: Die Küchenmeister liegen nun auf Kissen am Boden und lauschen einer Erbsen-Story, während die GeschichtenerfinderInnen Früchte in den Farben des Regenbogens rüsten und daraus ein leckeres Dessert zaubern. Ein gesundes, versteht sich – aber das ist auch hier gar kein Thema.

### Neugier und Appetit wecken

«Erbsen Sätze Suppentopf» – das heisst also: gutes Futter für Körper und Geist. Und das ist ja bekanntlich allzu oft Mangelware. Der Geschichten-Kochkurs will Appetit machen – auf Lebensmittel im doppelten Sinn: Gesundes Essen nährt den Körper, Geschichten sind Nahrung für Geist und Seele. Die

### SÜSSSAURES MEMENTO MORI

Als Kind war Citro mein Lieblingsgetränk. Furchtbar süss schmeckte es, aber auch prickelnd und sauer, so dass man bei jedem Schluck etwas das Gesicht verzog. So schmeckt – nicht nur mir – auch das Älterwerden bei jedem Geburtstag: Nach Geburtstagskuchen und Süssigkeiten und doch auch nach dem Wissen, das das vergangene Jahr nicht zurückkommt, dass ein Lebensjahr vergangen ist. Das Mädchen in Jutta Bauers neuem Bilderbuch hat viele Gäste zu ihrem Fest eingeladen und schenkt ihnen Limonade ein. Licht und Schatten sind nah beieinander in den Zeichnungen und die Fallhöhen in diesem Buch, das gekonnt mit Symbolen spielt, werden noch grösser: Denn plötzlich steht der Tod vor der Tür, spielt mit, tanzt mit, trinkt mit – und wird dann vom Mädchen bestimmt wieder nach Hause geschickt: Noch ist Zeit. Doch die Uhr, die der Tod ihr geschenkt hat, tickt neben ihrem Bett. Ein Memento Mori im Bilderbuch, das dem Tod seinen Schrecken nimmt, ihn selbstverständlich in die süssesten Momente des Lebens miteinbezieht. Auch Limonade schmeckt schliesslich gut, gerade wegen der Säure.

ELISABETH EGGENBERGER, REDAKTORIN BUCH&MAUS

JUTTA BAUER

**Limonade**

Hamburg: Aladin 2015. 32 S., Fr. 19.90



Nach dem selbstgekochten Essen ist Zeit, um in Ruhe eine Geschichte zu hören – oder sich schon wieder eine neue auszudenken.

Geschichten drehen sich dabei ums Essen, während Geschichten und Sprache auch in die Küche gehören – so wie gute Zutaten. Der Workshop weckt die Neugier, Nahrungsmittel zu entdecken, zeigt den Kindern, dass Kochen Spass macht, und macht ihnen Mut, die fantasievollen Geschichten, die in ihren Köpfen brutzeln, ändern und sich selbst aufzutischen.

### Kartoffelberg und Broccolibäume

Erstmals durchgeführt wurde der Geschichten-Kochkurs 2008 im Aargauer Literaturhaus Lenzburg, als Ferien-Workshop für sechs- bis achtjährige Kinder (bis heute findet er jährlich im Herbst statt). Wegen der grossen Nachfrage wurde das Angebot 2009 auf Kindergärten und Schulen (1.-3. Klasse) ausgeweitet, damals zusammen mit dem Theaterpädagogen und Kulturvermittler Urs Heller. Während die Familien, die den Geschichten-Kochkurs als Ferienprogramm wählen, bereits einen bewussten Umgang mit Ernährung und Sprache pflegen, erreicht dieses Förderangebot in einer Kindergarten- oder Schulklasse auch jene Kinder, die zu Hause (zu) wenig für die Wichtigkeit von Ernährung und Sprache sensibilisiert werden. Wo auch immer der Workshop an der spannenden

Schnittstelle zwischen Ernährungspädagogik und Sprachförderung durchgeführt wird – das Erfinden von Geschichten ist unabhängig von Räumlichkeiten und Jahreszeiten; das Kochen hingegen richtet sich immer nach der Saison und den kochtechnischen Möglichkeiten vor Ort. Ob ein exquisites Karotten-Soufflé aus der Schulküche oder eine einfache Minestrone vom mobilen Rechaud – das kulinarische und sprachliche Erlebnis ist in jedem Fall ein unvergesslicher Genuss.

Der ominöse Sellerie übrigens liegt inzwischen auf dem Teller. Man sieht ihn nicht, aber die Geschichten-Kochkinder wissen genau, wo er sich versteckt hat: Vermanscht in einem Kartoffelstock-Berg, der mit Broccoli-Bäumchen bewachsen ist. Vielleicht ist es aber auch ein Vulkan mit rotem Joghurt-Lavasee, über den sich eine Rüebli-Hängebrücke spannt. Und der Drache ist bestimmt nicht weit ... Bevor der Sellerie jedenfalls begreift, wie ihm geschieht, landet er im Bauch der Kinder. Und in jedem Bissen steckt ein Wort, ein Satz, ein Bild einer Geschichte. Alles selbst gekocht!

### INFORMATION

«Erbsen Sätze Suppentopf» oder ein Workshop zum Kinderbuch «Ravi & Oli in Grünland» kann von Interessierten gebucht werden unter [www.optiweight.ch](http://www.optiweight.ch).

INSERAT

**www.Lehrmittelperlen.net**  
 Jahresbeitrag ab Euro 19,90 | Keine weiteren Kosten!

- ▶ Perlen für alle Lehrpersonen
- ▶ über tausend aktuelle Lehrmittel
- ▶ sofort einsetzbar
- ▶ täglich Neuigkeiten im Blog
- ▶ komplett werbefreies Surfen

Lehrmittel PERLEN