

Bibel und Liturgie

... in kulturellen Räumen

Thema

Brot und Wein

Paul Deselaers

„Nicht nur vom Brot leben wir“.
Von heiligen Fundsachen und
Lebensschätzen der Christen

Kathrin Gies

„Iss doch man eine mehr“.
Brot, das leben lässt

Egbert Ballhorn

„Der das Herz des Menschen erfreut“
(Ps 104,15). Vom Wein in der Bibel

Dorothee Bauer

„Seht das Brot, der Engel Speise“.
Die Fronleichnamsssequenz als
eucharistischer Augenöffner

Josef Wohlmuth

„Aus deiner Freigebigkeit“.
Die eucharistischen Gaben Brot und Wein

Georg Langenhorst

„wegzehrung auf unserer wanderung zum
glück“. ‚Brot und Wein‘ als literarisches
Motiv

Brigitta Herrmann

Hunger in der Welt trotz Recht auf
Nahrung – sozialetische Lösungsansätze

Uwe Neumann/Oliver M. Gillen/Sinja Behrens

Den Wert der Lebensmittel entdecken.

Bildung für Nachhaltige Entwicklung

(Projekt CookUOS)

Bausteine

Christoph Dohmen

Das Manna-Wunder. Eine biblische
Meditation zu Exodus 16

Egbert Ballhorn

Vom Keltertreter

Hildegard König

Werden als Weise Gottes.
Brotbacken im Gottesdienst

Axel Bernd Kunze

„Wachet und betet“. Die Gestaltung
von (Nacht-)Wachen mit dem
neuen „Gotteslob“

Benedikt Kranemann

Kirche unter dem Wort. Ein inspirierender
Abschlussgottesdienst zum
100. Deutschen Katholikentag

Uta Poplutz

Gerechtfertigt aus Glauben – das neue
Gottesverhältnis. Der Galaterbrief (Teil 4)

Um-Schau

Rezension



CookUOS –

Den Wert der Lebensmittel entdecken

Bildung für Nachhaltige Entwicklung als Gegenstand der Lehrerbildung

Cecil Graham: Was ist ein Zyniker?

Lord Darlington: Ein Mann, der den Preis von allem und den Wert von nichts kennt.

Oscar Wilde (1892) Dialog in: „Der Fächer der Lady Windermere

Ein Schauspiel über eine gute Frau“



„Wertschätzung der verwendeten Lebensmittel [Mittel zum Leben], unabhängig von ihrem Preis, und die Zubereitung mit Liebe sind die Grundvoraussetzungen für ein gelungenes Essen, welches man am besten als gemeinsame Mahlzeit genießt.“

*Thomas Bühner (2012)
Schirmherr CookUOS*

Uwe Neumann¹
Nachhaltigkeitspädagogin
Bildungsreferent für Nachhaltige Entwicklung

Oliver M. Gillen¹
B. Sc. Lbs,

Sinja Behrens²
M. Ed. LbS Gesundheit und Sport

Anschrift der Verfasser:

¹) Projekt CookUOS der Universität Osnabrück
Fachbereich 8 Humanwissenschaften
Institut für Gesundheitsforschung und Bildung
Barbarastraße 22c

49076 Osnabrück

²) CookUOS e.V.
Verein zur Förderung von Forschung und Bildungsangeboten
in den Bereichen Gesundheits-, Ernährungs-, Verbraucher- und Umweltbildung.

Geschäftsstelle
Bahnhofstraße 62
49504 Lotte

Inhalt

Der Wert des Essens.....	- 3 -
CookUOS	- 4 -
Motivation	- 4 -
Innovation	- 5 -
Konzeption und Zielsetzung	- 5 -
Lebensmittel und Einkauf.....	- 6 -
Das Kochen.....	- 7 -
Mahlzeit und Tischkultur.....	- 8 -
Kochen und Bildung	- 9 -
Essenz.....	- 10 -
Literaturverzeichnis.....	- 11 -

Der Wert des Essens

Noch nie in der Geschichte der Menschheit gab es für uns eine größere Vielfalt und Verfügbarkeit an Lebensmitteln (Mittel zum Leben!) als heute.

Gleichzeitig stehen dem Überangebot und der Verschwendung von Nahrungsmitteln in den hochentwickelten Staaten der Erde Hunger in den Schwellenländern und Entwicklungsländern gegenüber.

Während alleine in der Bundesrepublik Deutschland insgesamt ca. 18,4 Mio. Tonnen in den Abfall gelangen und davon schätzungsweise 10 bis 11 Mio. Tonnen Lebensmittel pro Jahr ohne neue Technologien vermeidbar wären, hungert eine Milliarde Menschen, etwa ein Siebtel der Weltbevölkerung, tagtäglich (WWF Deutschland, 2015). Dieses Missverhältnis ist die Ursache dafür, dass die globale Nahrungsmittelproduktion nicht ausreicht um die gesamte Menschheit zu ernähren, obwohl diese für annähernd 12 Milliarden Menschen ausreichen könnte. (FAO, 2013)

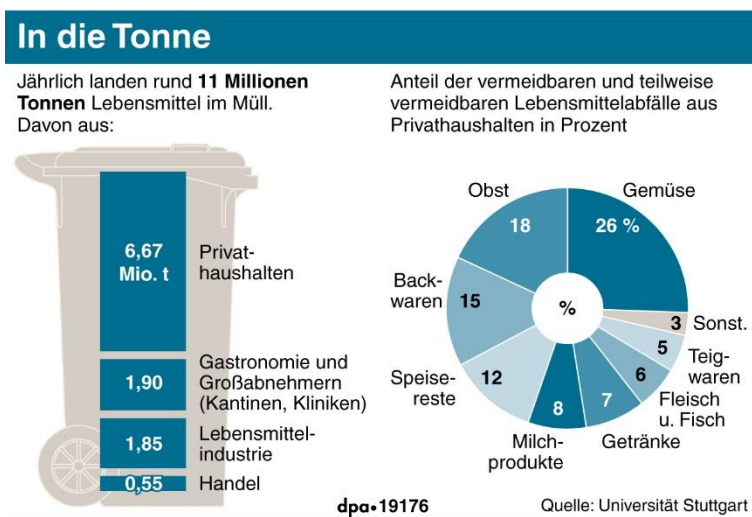


Abbildung 1 Aufschlüsselung der Lebensmittelabfälle in Deutschland
Stand 2013 Quelle: Universität Stuttgart / dpa

Von einer wirklichen Wertschätzung der Lebensmittel kann bei diesen Tatsachen nicht mehr gesprochen werden. Neben der Verschwendung von Lebensmitteln sieht man Einschränkungen auf ein "übliches" Repertoire bei der Verwendung lediglich weniger Produkte die man noch kennt. Der Prozess der Entkoppelung der Lebensmittelherkunft und -produktion bis hin zum bedachten Konsum scheint unaufhaltsam fortzuschreiten. Hochpreisige Küchen in

exklusiven Ausstattungsvarianten werden, ihren ureigenen Zweck und Wert verlierend, zu einem perfekt inszenierten Dekorationsobjekt.

Die eigentliche Wertschätzung der Mittel zum Leben weicht einer götzenartigen Unterwerfung von Modeerscheinungen. Täglich werden wir mit neuen Ernährungsstilen wie Vegan, Paleo, Pegan (Paleo-Vegan), Gen frei oder frei von irgendetwas konfrontiert. Das Geschäft mit der Ernährung und der Gesundheit ist ein Milliardengeschäft, häufig fernab jeglicher Vernunft und der Wert der Empfehlungen wissenschaftlich kaum reproduzierbar. Das Thema Ernährung und Kochen ist heute allgegenwärtig und es gibt keinen Tag im Fernsehprogramm ohne Koch-Show oder Ernährungstipps. Ernährung wird zu einer Art Ersatzreligion und zum Instrument der Selbstinszenierung in allen sozialen Medien. Gefühlte Unverträglichkeiten und Nahrungsmittelallergien lassen allemal einen sekundären Krankheitsgewinn vermuten, ohne jeglichen medizinischen Nachweis.

Essen und Kochen müssen heute vor allem schnell, gesund, und effizient sein. Vor allem aber billig und überall verfügbar. Da ist es nicht unverständlich, dass man den Preis kennt, die Wertschätzung der Lebensmittel aber abhandengekommen zu scheint.

Wie schafft man es aber, dieser „to go“ und „fast food“ Mentalität entgegen zu steuern?

Wie kann man also von einem auf Effizienz und Wachstum ausgelegten Denken hin zu einer ethischen Wertebildung der Ernährung und einer neuen Tischkultur gelangen und dabei nachhaltiges Handeln vermitteln?

So wie es unsere kulturelles Erbe zeigt!

Den Wert der Lebensmittel durch den wertschätzenden Umgang mit ihnen kann man am besten über das Kochen und Essen und dem gemeinsamen Mahl erfahren und kommunizieren.

Das Kochen als einer der größten kulturellen Errungenschaften der Menschheit bestimmt seit der Entdeckung und Beherrschbarkeit des Feuers (Wrangham & Rennert, 2009) die Werthaftigkeit der verwendeten Lebensmittel hin zu den zubereiteten Mahlzeiten. Gleichwohl liegt im Kochen die Chance, die aus tradierten Verhaltensweisen entstandene Geringschätzung des Essens, einer neuen Ethik der Ernährung näher zu bringen. (Hirschfelder, Ploeger, Rückert-John & Schönberger, 2015)

CookUOS

Keine andere Aktivität des täglichen Lebens bietet so viele Anknüpfungspunkte in Sachen Nachhaltigkeit als das Kochen. Ernährung ist ein und komplexer Prozess, der sich in allen Dimensionen von Bildung für Nachhaltige Entwicklung (BNE) wiederfindet. und allen globalen Nachhaltigkeitszielen (engl. Sustainable Development Goals SDG's) (Rockström & Sukhdev, 2016). Was liegt also näher, diese Themen mittels einer Theorie-Praxis verknüpfenden Methode (Wissensvermittlung und anschließendem Kochen), durchgängig beginnend in der Familie, hin über alle Bildungsbereiche, zu vermitteln?

Als „good practice“ Beispiel (WWF Deutschland, 2014) wird im Folgenden das seit 2011 erfolgreich an der Universität Osnabrück praktizierte im Kern studentische Projekt CookUOS vorgestellt. Es handelt sich um eine interdisziplinäre Ringvorlesung mit einem anschließenden, seminarbegleitenden Kochkurs. Als Wahlangebot ist der Kurs vorrangig für Studentinnen und Studenten konzipiert, der theoretische Teil ist jedoch auch für die Öffentlichkeit zugänglich.

Motivation

Mit dem gesellschaftlichen Wandel geht eine Verwischung oder Verschiebung der Grenzen zwischen den Sozialisations- und Bildungsstätten Familie und Schule einher. Lehrer sind heute mehr denn je „bildungs- und wertevermittelnde Erzieher“, die sich, neben den rein fachlichen Anforderungen, mit einer Vielzahl von pädagogischen Aufgaben konfrontiert sehen. Dieses trifft besonders auf die Schulen zu, die in Bezug auf soziale Herkunft, Bildungsnähe, Migrationshintergrund, ein sehr heterogenes Klientel mit unterschiedlichsten persönlichen Biografien ausbilden.

Ressourcen-Management und ökologische Auswirkungen der Nahrungsmittelproduktion und des Konsums besitzen einen hohen Stellenwert bei der Umsetzung der Nachhaltigkeitsziele. Es bedarf Handlungsempfehlungen, welche einfach aber dennoch wirkungsvoll in die Gesellschaft übertragbar sind und zur Wertevermittlung wie Wertebildung beitragen.

Herausforderungen wie z.B. dem hohen Anteil an den Ausgaben im Gesundheitssystem zur Behandlung von ernährungsbedingten oder -assoziierten Erkrankungen, die ungleiche Verteilung von Nahrungsmitteln, dem schonenden Umgang mit Ressourcen oder die Vermeidung von klimaschädlichen Emissionen (Kohlendioxid, Methan, Überdüngung) rechtfertigen zudem deutlichere Anstrengungen und Investitionen im Bereich Bildung.

Innovation



*Abbildung 2 Theorie und Vorlesung als Baustein von CookUOS ©
Foto: CookUOS 2013*

CookUOS agiert als „Bus“ und nimmt die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit auf eine Reise der Ernährungs-Gesundheits-, Verbraucher- und Umweltbildung. Diese Reise verzichtet auf den erhobenen Zeigefinger oder Katastrophenszenarien.

Durch die Verknüpfung aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse und praxisbezogener Aufgaben werden Prozesse der Entscheidungsfindung, Selbstverantwortung angeregt.

Während des Seminars erfolgt ein vielschichtiger Austausch zwischen den Teilnehmenden.

Nachhaltigkeit und Wertschätzung sind untrennbar mit der eigenen Haltung und dem eigenen Handeln verbunden. Will man also Nachhaltigkeit lehren und lernen, geht es deshalb vor allem darum, das Bewusstsein dafür zu schärfen, eine mit Werten besetzte Haltung zu erlangen.

Genau hierzu setzt CookUOS mit seinen Seminaren und Aktionstagen an. Durch CookUOS werden Kompetenzen mit einem praktischen und kulturellen Bezug vermittelt und ein Wertediskurs initiiert. CookUOS soll dazu beitragen, Multiplikatorinnen und Multiplikatoren zu schulen, die später eine wichtige Rolle bei der Vermittlung von Wissen und Kompetenzen einnehmen.

Konzeption und Zielsetzung

Die CookUOS Seminare finden vorzugsweise im Wintersemester jede 2. Woche, samstags von 08:30-18:30 Uhr an insgesamt neun Tagen statt. Die Kurse beginnen mit Vorträgen und Präsentationen. Dem theoretischen Teil schließen sich das Einkaufen auf dem Wochenmarkt, Kochen, Essen und auch das gemeinsame Aufräumen an. Dazu werden Gruppen von drei bis vier Personen gebildet die über das Seminar ein Team bilden. Der Ablauf weist bewusst Parallelen zu einem normalen Ablauf eines Arbeitstages auf.

Im Seminarteil werden unter aktiver Einbeziehung der Teilnehmer wissenschaftliche Vorträge zu Themen der Gesundheitsbildung und –förderung, ökologische Nachhaltigkeit und Ressourcenschonung und philosophisch-ethischen Reflexionen angeboten. Die daran anschließenden Praxisteile (gemeinsames Einkaufen, Kochen und reflektierende Tischgespräche) sollen die Bereitschaft fördern, das Erlernte später in die berufliche Tätigkeit und in die Gestaltung von Lebenswelten zu transportieren.

Bewusst einkaufen, kochen, gemeinsam speisen heißt aktiv sein und sich mit Ökologie, Ökonomie und Gesellschaft kritisch und reflektierend auseinanderzusetzen. Lernen kombiniert mit Freude stärkt persönliche Fähigkeiten und Ressourcen durch einen erlebnisbegleitenden Ansatz. Es entsteht ein Gefühl der Kohärenz. Das, was man mit Engagement und Freude gelernt hat, wird man später auch mit Freude und Wertschätzung weitergeben können.

Lebensmittel und Einkauf



Abbildung 3 Der Osnabrücker Wochenmarkt als Ort der Lebensmittelbeschaffung © Foto: CookUOS 2015

Hauptort der Lebensmittelbeschaffung ist der Osnabrücker Wochenmarkt mit seinem reichhaltigen und vielfältigen Angebot aus dem Umland.

Die Auswahl der im praktischen Teil zu verwendenden Lebensmittel orientiert sich in der Regel an der saisonalen Verfügbarkeit regionaler Produkte. Auf Grund der Jahreszeiten im Wintersemester (Herbst und Winter) ergibt sich dadurch bereits eine Form der künstlichen Verknappung die sich bei näherer Betrachtung allerdings als

willkommene Chance herausstellt. Durch diese vermeintliche Beschränkung rücken zum Teil in Vergessenheit geratene ältere oder unbekanntere Arten und Sorten von Lebensmitteln unmittelbar in den Fokus. Ebenso fördert dieses scheinbare Unterangebot die Kreativität und Experimentierfreude bei der Auswahl der Rezepte und auch der Zubereitung der Menüs. Alte Kochrezepte unserer Eltern und Großeltern erfahren unmittelbar eine wie selbstverständlich wirkende Wertschätzung.

Das Zusammenspiel zwischen Tradition, Kultur und Moderne [inklusive hochtechnologischer Verarbeitungsmethoden] wird greifbar und im weiteren Verlauf essbar. Der Preis gelangt in den Hintergrund des Geschehens. Im Vordergrund stehen die Produkte und das praktische Handeln. Der Preis ist wie er ist und fällt höchstens beim Aushandeln für Ware vom Vortag oder Restbeständen ins Gewicht. Das was noch gut verwertbar ist, darf auch etwas günstiger sein, bevor man es wegschmeißt. Eine gewinnbringende Situation für Anbieter und Verbraucher.

Im Verlauf der Seminarwochen entsteht ein ganz neues Verständnis von Herkunft, Produktion und Konsum. Die Handelspartner bekommen Gesichter, sind lebendig und bleiben nicht anonym. Eine Vertrauensbeziehung von unschätzbarem Wert entwickelt sich.

Der höhere Preis des frischen Marktangebots wird durch einen bewussteren Einkauf und die sinnvolle Reduktion der Mengen und Portionsgrößen nahezu vollkommen kompensiert. Die Themen Fleischverzehr und fairer Handel werden ebenso unvoreingenommen wie kritisch aufgegriffen und bieten bei der späteren Zubereitung und den Tischgesprächen reichlich Gesprächsstoff. Beim Einkauf und dem anschließenden Kochen ist die Achtsamkeit auf Qualität, Herkunft und Produktionsbedingungen gerichtet.

Das Kochen



Abbildung 4 Kochen als gemeinsame, sinnstiftende und wertschaffende Kulturleistung © Foto: CookUOS 2012

Dem Kochen, als eine zentrale Errungenschaft der menschlichen Kulturentwicklung (Methfessel, 2005), wird bei CookUOS ein besonderer Stellenwert beigemessen. Die Bearbeitung- und Verarbeitung der Lebensmittel ist nach dem Marktbesuch die nächste Etappe auf der Reise durch die Ess- und Ernährungskultur des Menschen. Hierzu finden sich die Gruppen in der Lehr- und Mensaküche des benachbarten Berufskollegs Ibbenbüren ein. Die eingekauften

Waren werden zusammengetragen und für die einzelnen Menügänge vorsortiert. Jede Gruppe ist abwechselnd für einen Teil des Menüs verantwortlich. Eine weitere Gruppe kocht nicht, übernimmt aber als „Supporter“ Hilfstätigkeiten für die anderen Teams Stichwort: Arbeitsteilung. Vor allem ist sie für die Gestaltung und Dekoration der Tafel zuständig und für Beschaffungen, für den Fall dass noch etwas vergessen wurde oder nicht als Grundzutat vorrätig ist. Eine ebenso wichtige wie sinnbehaftete Funktion welche dem Wert des Kochens in Nichts nachsteht.

Unter Anleitung von erfahrenen Köchen bis hin zum 3*-Koch werden die Rezepte umgesetzt. Sehr schnell organisieren sich die Teammitglieder untereinander und weisen sich selbst Einzelaufgaben zu, die zum Gelingen des Ganzen beitragen. Anfängliche Berührungsängste, Hektik und Unsicherheit weichen mit der Zeit einer entspannten Routine bei stetig besser funktionierendem Zeit- und Organisationsmanagement. Währenddessen gibt es von den Köchen Antworten zu allfälligen Fragen rund um das Wissen über Lebensmittel und deren schonende und handwerklich optimale Zubereitung. Auch hier darf wieder experimentiert werden was die Zusammenstellung von einzelnen Lebensmitteln oder deren Zubereitungsarten angeht. Die Vermeidung von Küchenabfällen wird optimiert und Schnittreste oder nichtverwendete Teile zu Vorspeisen, Beilagen oder Smoothies verarbeitet. Der Wert der Lebensmittel wird als Ganzes verstanden und Gemüsereste bieten eine gute Grundlage für eine Brühe und gehören nicht in den Abfall. Fast alles wird verwertet.

Anders als bei den Koch-Shows im Fernsehen haben die Teammitglieder im Kurs die Möglichkeit auch handwerkliche Fehler zu machen. Die anwesenden Köche bewerten und tadeln nicht, sondern zeigen Möglichkeiten auf, wie man aus solchen Situationen noch das Beste herausholen kann. Lebensmittel auf Grund falscher Zubereitung in den Abfall zu geben ist hierbei die allerletzte Option, die in den gesamten Kursen bisher kein einziges Mal gezogen wurde. Diese Erfahrung sind wertvolle Bestandteile im Kompetenzerwerb und führen zu Handlungsoptionen und nicht zur Resignation.



Abbildung 5 Variationen vom Kohl zeigen die Schönheit und den über das reine Satt werden hinausgehenden Wert der Lebensmittel bei gleichzeitigem Genuss © Foto: CookUOS 2013

Nachdem die Lebensmittel unter Zuhilfenahme von Rezepten und Ratschlägen der betreuenden Köchen und des Einsatzes modernster Küchentechnik und Zubereitungsmethoden ihre Wertsteigerung durch Bearbeitung, Würzen und Produktkombinationen erfahren haben und zu einer Mahlzeit zusammengestellt wurden, folgt der nächste Schritt der kultivierten „Esskultur“ im CookUOS-Bus, das gemeinsame Mahl.

Die Tafel wird von der nicht-kochenden Gruppe eingedeckt und dekoriert. Der gedeckte Tisch dient aber nicht nur der geordneten Platzierung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Vielmehr wird durch die, je nach Anlass

mitunter festliche, Gestaltung des Tisches eine stilvolle und wertschätzende Rahmung geschaffen. Die Mühen der Kochgruppen bei der Zubereitung der gemeinsamen Mahlzeit werden somit nicht nur durch das Essen selber, sondern auch die hergerichtete Tafel gewürdigt.

Einheitliches Geschirr und Besteck, verschiedene Gläser für unterschiedliche Getränke und eine dem Tagesthema entsprechende Dekoration werden selbstverständliche Bestandteile der Tafelrunde und begleiten den folgenden Genuss. Oft kommt es vor, dass sogar Lebensmittel oder deren Teile die nicht zum Kochen verwendet wurden, als stilgebende Elemente des Tischschmuckes Verwendung finden und den Gesamtwert der Produkte verdeutlichen. Servietten werden kreativ bis hin zur täuschend echt wirkenden Nachempfindung eines Salatkopfes drapiert.

Gang für Gang wird nun serviert und dabei die Zutaten, Zubereitung und Besonderheiten kurz von den Teams vorgestellt. Selbst wenn es nicht den Geschmack eines jeden trifft, wird zumindest kurz probiert und führt mitunter zu einem Aha-Erlebnis als Ausdruck einer Sinneserfahrung. Auf etwaige Nahrungsunverträglichkeiten wird kommentarlos Rücksicht genommen.

Die Gespräche am Tisch dienen der Reflektion des Tagesthemas und werden in Bezug zu den Lebensmitteln gesetzt. Es wird über die Schwierigkeiten oder die Einfachheit der Zubereitung gesprochen, ebenso wie über den die Qualität und weitere Verarbeitungsmöglichkeiten der Nahrungsmittel.

Kochen und Bildung



Abbildung 6 Über das Kochen Bildung und gesellschaftliche Verantwortung vermitteln Quelle: *Das Frauenbuch*, Stuttgart 1913

Die Idee, über das Kochen Bildung und gesellschaftliche Verantwortung zu transportieren, ist nicht neu. Seit der Verwendung und im Folgenden der Beherrschung des Feuers ergab sich bereits für die Vorfahren des *homo sapiens* [Der Mensch der weise ist, von lat. homo = Mensch und sapere = schmecken, riechen, merken und daraus abgeleitet: weise] die zwingende Notwendigkeit, Wissen und Erfahrungen, Rezepturen und Wertigkeit der Lebensmittel weiterzugeben. Selbst Sprache und Schrift

könnten sich aus diesem Zusammenhang entwickelt haben (Wrangham & Rennert, 2009). Kochen ist aber auch die Geburtsstunde der Arbeitsteilung, des sozialen Zusammenlebens und letztendlich der Familie. Erst durch die Entkoppelung von Nahrungsbeschaffung, Anbau von Agrarprodukten, Verarbeitung und Lagerung von Nahrung bis hin zur Verteilung oder den Handel damit, konnte sich der Mensch zu dem entwickeln was er heute ist: ein soziales Wesen. Daher wundert es nicht, dass dem Wissen um den Wert und Nutzen von Nahrungsmitteln, aber auch deren achtsamer, sparsamer und vorausschauender Verwendung, schon seit den Anfängen der Menschheit ein hoher Stellenwert beigemessen wird.

Durch den Umgang Nahrungsmittel wurden vielfältiges Wissen über Natur und Umwelt sowie Fertigkeiten und Handlungskompetenzen von Generation über Generation bis heute weitergegeben und in gesellschaftlicher Verantwortung umgesetzt (Dewey, 1990). Diese ist uns so verinnerlicht, dass es nur weniger Impulse bedarf, scheinbar vergessene Fähigkeiten und Fertigkeiten zu reaktivieren. Dann werden Zusammenhänge wie Lebensmittelverschwendung, Klimawandel und Ressourcenschonung greifbar und betreffen einen zumindest ein kleines Stück ganz persönlich. Man reflektiert über Produktionsbedingung, Überfluss und ungleiche Verteilung ganz automatisch wenn man sich intensiv selber mit der Zubereitung der Mittel zu Leben befasst.

Neben dem reinen Nährwert der Lebensmittel erschließen sich bei und durch deren Verwendung weitere Wertedimensionen wie Mitgefühl, Gerechtigkeit, Gemeinschaft, Teilhabe, Respekt und Verantwortung aber auch Freude, Genuss, Kreativität und Innovationskraft.

Für all dieses zusammen wird wahrscheinlicher keiner den Preis nennen können, wohl aber den Wert, welcher sich aus dem Verborgenen, dem nicht Materiellen, in den Lebensmittel bemisst.

Essenz

Auch wenn die Verknüpfungen von Alltagsaktivitäten wie Essen und Kochen mit theoretischen Vorlesungen und Seminaren von "... seinen Kritikern als nicht wissenschaftlich angesehen werden, so werden sich in Zukunft sicher diejenigen mit abschätziger Haltung gegenüber der Welt des Essens als eine unwissenschaftliche und unethische Denkweise selbst ins Abseits stellen." (Lemke, 2016)

CookUOS ist somit zu verstehen als Reise durch die Kulturgeschichte des Menschen. Es weckt Potenziale bei den Teilnehmenden, sich gestaltend der Natur [über die Lebensmittel] zu nähern, zu bedienen und über die Institution „Küche“ Dinge und Werte zu schaffen [Handwerk]. Dieser Prozess beginnt bei Produktion und Verfügbarkeit der Mittel zum Leben bis hin zum satt werden und dabei genießen. Dabei entstehen wertvolle Räume und Ideen für Neues und Veränderungen bei gleichzeitiger Wertschätzung unserer kulturellen Identität.

Der Wert der Lebensmittel liegt somit nur auf den ersten Blick im Verborgenen. Setzt man sich aktiv mit ihnen im Verlauf ihrer Zubereitung, dem Kochen, auseinander, erkennt man weit mehr als deren Nährwert. Ernährung bedient unsere rein körperlichen Bedürfnisse damit wir Menschen funktionieren und überleben. Essen hingegen benötigen wir als kommunikatives, sozialisierendes, bildendes und Innovation förderndes Element und Elixier innerhalb unseres kulturellen Gefüges. Der Mensch ist was, [und wie], er isst (Feuerbach, 1841).

CookUOS als seminarbegleitender Kochkurs ist eine inter- und transdisziplinäre Methode um Gesundheits-, Ernährungs-, Verbraucher- und Umweltbildung zu fördern (Neumann, 2014b). Es wird darüber hinaus ein grundlegendes Verständnis für die Naturwissenschaften Biologie, Physik und Chemie und deren Zusammenhänge initiiert. Gleichzeitig entsteht mittels der Lebenswirklichkeit Ernährung ein Raum für eine ideologiefreie Wertediskussion mit sinnstiftenden, praktischen Bezügen.

Regelmäßig und dauerhaft in der Hochschulbildung verstetigt, können daraus im späteren Verlauf Angebote für die unterschiedlichsten Zielgruppen wie Schulen und außerschulische Lernorten implementiert und weiterentwickelt werden. (Schockemöhle & Stein, 2015) Ein Paradigmenwechsel– von einer kurativen (reagierenden) zu einer präventiven (agierenden) Sichtweise – ist notwendig, um Problemen wie Ressourcenverschwendung, vermeidbaren Lebensmittelabfällen und Klimaschädigungen einerseits und zunehmender Adipositas, Unterernährung und Hunger und Werteverstärkungen andererseits, mittels geeigneter Bildungsangebote entgegenzuwirken .

Der Heranführung an inter- und transdisziplinäre Sichtweisen und Lösungsstrategien innerhalb der Hochschulbildung (z.B. innerhalb des Studiums in den Bereichen Religionswissenschaften, Medizin oder Lehramt oder eines Studium Generale) kommt hier ein hoher Stellenwert zu (Neumann, 2014a). Es entsteht zudem ein innovativer Raum für Lehre und Forschung, in dem vernetztes Denken bei ganz konkreten Praxisbezügen mit Fragestellungen der gesellschaftlichen Verantwortung im Vordergrund steht.

Sapere aude! (Horatius Flaccus, ca. 20 v.Chr., 1902)

Weitere Informationen: <http://cookuos.uni-osnabrueck.de>

Literaturverzeichnis

- Dewey, J. (1990). *The school and society and The child and the curriculum*: University of Chicago Press.
- FAO. (2013). *Food wastage footprint. Impacts on natural resources summary report*. Rome: FAO.
- Feuerbach, L. (1841). *Das Wesen des Christenthums*. Leipzig: Wigand.
- Hirschfelder, G., Ploeger, A., Rückert-John, J. & Schönberger, G. (Hrsg.). (2015). *Was der Mensch essen darf. Ökonomischer Zwang, ökologisches Gewissen und globale Konflikte*. Wiesbaden: Springer VS.
- Horatius Flaccus, Q. (1902). *Episteln. (Briefe)* (Kleine Bibliothek, Bd. 132) [Leipzig]: Bange.
- Lemke, H. (2016). "Gute Mahlzeiten in guter Gesellschaft". Vom Fast-Food Platonisten zum neuen Ernährungsdenken. *Forschung & Lehre*, 23. (7), 574 ff.
- Methfessel, B. Fachwissenschaftliche Konzeption: Soziokulturelle Grundlagen der Ernährungsbildung. Verbraucherbildung im Forschungsprojekt Revis - Grundlagen. In *Verbraucherbildung im Forschungsprojekt Revis - Grundlagen* (Bd. 7). Zugriff am 02.09.2016.
- Mokrosch, R. & Regenbogen, A. (2009). *Werte-Erziehung und Schule. Ein Handbuch für Unterrichtende*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Neumann, U. (2014a). CookUOS - Seminarbegleitender Kochkurs als nachhaltige Multiplikatorenschulung von Lehramtsstudierenden für Gesundheits-, Ernährungs-, Verbraucher- und Umweltbildung. In C. Schoch (Hrsg.), *Abstractband zum 51. Wissenschaftlichen Kongress. [vom 12. - 14. März 2014 an der Universität Paderborn]* (Proceedings of the German Nutrition Society, Bd. 19, S. 30-31). Bonn.
- Neumann, U. (2014b). Einsatz von Lehrküchen in der universitären Lehramtsausbildung im Kontext von Gesundheits-, Ernährungs-, Verbraucher- und Umweltbildung. In C. Schoch (Hrsg.), *Abstractband zum 51. Wissenschaftlichen Kongress. [vom 12. - 14. März 2014 an der Universität Paderborn]* (Proceedings of the German Nutrition Society, Bd. 19, S. 97-99). Bonn.
- Rockström, J. & Sukhdev, P. (Stockholm EAT Food Forum, Hrsg.). (2016). *How food connects all the SDGs. A new way of viewing the Sustainable Development Goals and how they are all linked to food*, Stockholm Resilience Centre. Zugriff am 02.09.2016. Verfügbar unter <http://www.stockholmresilience.org/research/research-news/2016-06-14-how-food-connects-all-the-sdgs.html>
- Schockemöhle, J. & Stein, M. (Hrsg.). (2015). *Nachhaltige Ernährung lernen in verschiedenen Ernährungssituationen. Handlungsmöglichkeiten in pädagogischen und sozialpädagogischen Einrichtungen*. Bad Heilbrunn: Klinkhardt. Verfügbar unter https://www.content-select.com/index.php?id=bib_view&ean=9783781554153
- Wrangham, R. & Rennert, U. (2009). *Feuer fangen. Wie uns das Kochen zum Menschen machte - eine neue Theorie der menschlichen Evolution* (1. Aufl.). München: Dt. Verl.-Anst. Verfügbar unter <http://www.gbv.de/dms/faz-rez/FD1201003172616571.pdf>
- WWF Deutschland. (2014). Weltretten mit Mohrrüben. Tipps & Tricks für eine umweltfreundliche Ernährung, 46.
- WWF Deutschland (Hrsg.). (2015) Das Grosse Wegschmeißen [Themenheft]. Berlin.