



Schallenbergsschule Grundschule

Kochen und Backen

mit unseren Lieblingsrezepten

fair und regional



2015

FAIR IS SCHOOL

Gemeinsam für fairen Handel

Zukunft gestalten – fair handeln steht in der Schule immer im Fokus des sozialen Lernens. Auch schon Grundschüler können lernen, wie die Folgen des Handelns auf andere Menschen und Orte wirken.

Jeder Einzelne kann mithelfen, dass die Menschen in Ländern des Südens eine Chance bekommen, ihr Leben selbst zu bestimmen und eine stabile Lebensgrundlage für die Familie in einer gerechten Welt geschaffen werden kann.

Die Schulgemeinde der Schallenbergsschule hat gemeinsam ein Koch/Backbuch mit Rezepten mit fairen und regionalen Zutaten, liebevollen Illustrationen und Anregungen gestaltet.

Ich möchte Sie ermutigen sich ebenso für fair und regional gehandelte Produkte bewusst zu entscheiden und unsere leckeren Rezeptideen zu erproben.

Um Ihnen die Orientierung zu erleichtern haben wir alle Zutaten, die fair gehandelt erhältlich sind, in den Rezepten mit * gekennzeichnet. Außerdem finden Sie auf der nächsten Seite einen Einkaufsführer für fair gehandelte Ware. Berücksichtigen Sie auch bei Ihrer Fest- und Kuchentafel weitere faire Produkte, z.B. Kaffee, Tee und Säfte und dekorieren Sie mit fair gehandelten Blumen und vielseitigen Dekorationsartikeln aus Fairem Handel.

Es liegt an uns, Zeichen zu setzen für mehr Gerechtigkeit im globalen Miteinander.

Die Kinder der Schallenbergsschule und die ganze Schulgemeinde wünschen Ihnen viel Freude beim Stöbern, Backen, Kochen und guten Appetit.



Ursula Faude

Vorstandsvorsitzende des Vereins Freunde und Förderer der Schallenbergsschule e. V.

Januar 2015

Fairtrade bewegt



FAIRTRADE
DEUTSCHLAND

Fair Trade: Das auch für Lebensmittel verwendete Sozialsiegel bürgt für Direkthandel, verpflichtet zur Zahlung von Förderprämien und Mindestpreisen, die über Weltmarktniveau liegen, und steht für langfristige Lieferbeziehungen. Die Kleinbauern und Arbeiter in den Erzeugerländern genießen Mitspracherecht. Auch wenn das Siegel kein ökologischer Vorstoß war, sind zwei Drittel aller Fair-Trade-Produkte biologisch.
www.transfair.org



Überall dort, wo der Fair-Smiley am Schaufenster angebracht ist, können Sie in Aidlingen Ware aus fairem Handel erhalten.



1. Fairtrade Schulwettbewerb im Landkreis Böblingen

Veranstalter: Die Fairtrade-Gemeinde Aidlingen

Im Rahmen eines Schulkunstprojektes an der Schallenberg-Grundschule Deufringen wurde unter Leitung der Grafik-Designerin Maggie Jarak von Kindern die Aidlinger Logos entwickelt.



Das ABC der fair gehandelten Produkte

Produkte

Herkunftsland

Ananas



Costa Rica

Bananen

Lateinamerika

Chili

Lateinamerika

Datteln

Tunesien

Erdnüsse

Lateinamerika

Früchtetee

Südafrika

Grüner Tee

Indien

Honig



Lateinamerika

Ingwer

Indonesien

Jacken

Baumwolle aus Burkina Faso

Kaffee



Lateinamerika

Limetten

Südafrika

Mangos

Indien

Nüsse

Pakistan

Orangen

Südafrika

Pfeffer

Indonesien

Quinoa (Inkareis)

Peru

Reis

Indien

Schokolade

Westafrika

Tee

Thailand

Unterwäsche

Baumwolle aus Burkina Faso

Vanille

Uganda

Wein

Südafrika

Zucker

Brasilien



Frühstück und Snacks



Faires Frühstück der Klassenstufen 1-4



FVR R

se

STARTE DEN DAG MIT FAIRTRADE!
02.08.2010

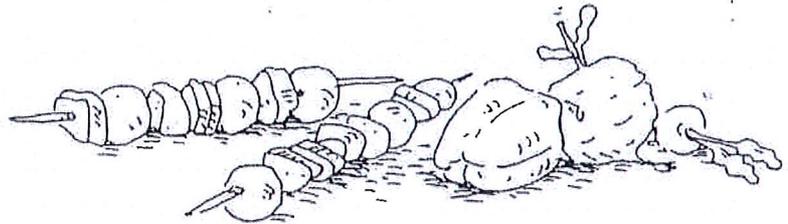
Räuberspieße

Vollkornbrot
Frischkäse
Butterkäse oder Emmentaler
Tomaten
Gurken
Äpfel, Mango, Ananas *
Mandarinen
Paprika
Holz-Schaschlikspieße

Zubereitung:

Eine Scheibe Vollkornbrot mit Frischkäse bestreichen. Eine zweite Scheibe darauflegen. Alle anderen Zutaten in Würfel oder kleine Stücke schneiden.

Abwechselnd auf einem Holzspieß anordnen.



Lecker Schmecker Fair Frühstück

150 g. Hirse *

500ml Milch (sehr gut schmeckt Hafermilch dazu)

Etwas Agavendicksaft oder Zucker für die Süße *

Etwas Zimt *

1 Esslöffel Cashewmus *

2 Äpfel, oder anderes leckeres Obst

Getrocknetes Obst *

Den Hirse kurz im Sieb unter fließend Wasser abspülen. Dann mit der Milch, dem Agavendicksaft und dem Zimt kochen bis er weich ist. (ca 30-35 min)

Wenn der Hirse weich ist von der Platte nehmen und noch etwas Milch und das Nussmus hinzufügen. Es wird ein richtig schön cremiger Brei.

Die Äpfel ganz klein schneiden und hinzufügen. Das getrocknete Obst ebenfalls klein schneiden und unterrühren.

Fertig ist ein faires, super gesundes und mega leckeres Frühstück.



Frühstücks-Rap

Lesen, malen, rechnen, singen,
alles soll mir gut gelingen.

Eine Pause brauch' ich dann,
in der ich mich stärken kann.

Mich bewegen, trinken, essen,
Vollkornbrot nur nicht vergessen.

Und dazu viel Vitamine:
Äpfel, Trauben, Mandarine.

Gurken, Paprika und Möhren
soll'n zum Frühstück auch gehören,

All das ist gesund - ganz klar,
und schmeckt auch noch wunderbar!

Damit halten wir uns fit -
Mach' auch du beim Frühstück mit!

Durchführung:

1. Wörter rhythmisch als Vorspiel sprechen

Gurke, Paprika, Mandarinen, Möhren

{ { ff{ ffff { {

a) alle zusammen die Wörter nacheinander sprechen, 3x wiederholen und dabei in der Lautstärke steigern

b) vier Gruppen stehen in vier Ecken des Raumes. Je eine Gruppe spricht ein Wort. Eine Gruppe fängt an, die anderen Gruppen steigen auf ein Zeichen hin nach und nach ein. Die Rhythmen werden so übereinander gesprochen.

2. Rap mit Begleitung sprechen

Begleitung: abwechselnd klatschen und schnipsen oder patschen:

<u>Klatschen</u>	<u>schnipsen</u>	<u>klatschen</u>	<u>schnipsen</u>
Lesen	malen	rechnen	singen,
alles	soll mir	gut ge-	lingen.

3. Nachspiel

Wie Vorspiel

Frühstücks Rap

Vor dem Toben in der Pause,
machen wir die Frühstückspause.
Apfel und Tomate,
beiß nur rein, ich warte.
Käsebrot mit Gurke,
„Finger weg, du Schurke!“
Ei und Ananas, so macht Frühstück Spaß.
Brötchen mit Geflügelwurst,
stopp! Ich hab auch Durst.
Wasser, Tee und Saft,
das gibt Kraft.
Milch und Kakao,
füttern macht schlau.
Hast Du heute nichts dabei,
hier: meins, reicht für zwei.
Jeder isst mit:
Guten Appetit!

