

Thema Gemüse

Gesprächsrunde zum Thema Gemüse:

Einleitung:

Früher hat man viel weniger eingekauft, als heute, weil man sich mit vielem selbst versorgt hat.

- **Welche Pflanzen hat man im Garten angebaut?**

(Kartoffeln, Kohl, Gelbe Rüben, Rote Rüben, Zwiebeln, Tomaten, Paprika, Gurken, Sellerie, Bohnen, Erbsen, Salat, Spinat, Kürbis, Blumenkohl, Steckrüben, Rhabarber, Lauch, Schwarzwurzel, Rettich, Radieschen, Rosenkohl, Spargel etc.)

- **Was konnte man alles daraus machen?**

Gekochtes Gemüse als Beilage, Suppe, Eintopf, Salate, „eingemachtes Gemüse“ (vor allem Gurken) und natürlich kann man es roh essen! („Rohkost“)

- **Wo haben Sie Gemüse eingekauft, wenn sie es nicht selber hatten?**

(auf dem Wochenmarkt, direkt beim Bauern, im Laden)

- **Welches Gemüse schmeckt Ihnen – welches nicht?**

- **Kann man eigentlich auch auf dem Balkon Gemüse anbauen, wenn man keinen Garten hat?**

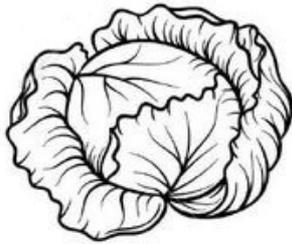
Kleines Quiz:

Eine Kartoffel oder ein Stück eines anderen Gemüses herumreichen und jeder soll schätzen, wie schwer das Gemüse wohl ist. (vorher abwiegen!)

Material das Sie mitbringen können:

- Bücher und Zeitschriften über den Garten mit großen Bildern
- kleine Gartengeräte (Rechen, Schaufel, Arbeitshandschuhe etc.)
- verschiedene Gemüsesorten zum Anschauen und Anfassen
- Schöner Korb für das Gemüse





Sprichwörter und Redewendungen

- 1) Die süßesten Früchte fressen nur die ... großen Tiere
(aus einem Schlagersong)
- 2) Die dümmsten Bauern haben die dicksten Kartoffeln
- 3) Dagegen ist kein Kraut ... gewachsen
- 4) Jedes Böhnchen ... gibt ein Tönchen

Weitere Sprichwörter

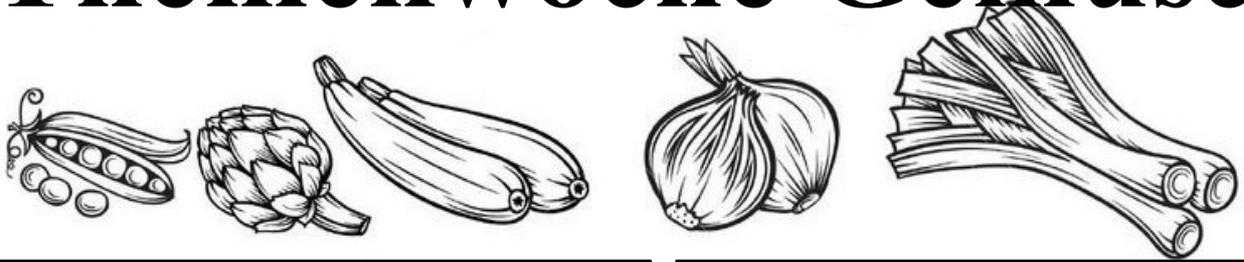
- Es wird nichts so heiß gegessen ... wie es gekocht wird
- Der Appetit kommt ... beim Essen
- Der Mensch lebt nicht vom ... Brot allein
- In der größten Not schmeckt die Wurst auch ... ohne Brot
- In der Kürze liegt ... die Würze
- Essen und Trinken hält Leib ... und Seele zusammen
- Ein leerer Bauch studiert ... nicht gut
- In der Not frisst der Teufel ... Fliegen
- Hunger ist der beste ... Koch
- Harte Schale, weicher ... Kern
- Jammern füllt keine ... Kammern



Die folgenden Seiten können Sie als Vorlage für eine Hauszeitung zum Thema Gemüse verwenden oder natürlich auch direkt in Ihrer Seniorengruppe darüber sprechen.

Besonders das Quiz „Schlagergemüse“ hat vielen Senioren Spaß bereitet. Es ist eher für Menschen ohne Demenz oder mit sehr leichter Demenz geeignet. Viel Freude damit!

Themenwoche Gemüse



Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Angehörige, viele von Ihnen werden schon einmal selbst Gemüse gesät, gepflanzt und geerntet haben. Die anderen haben zumindest schon einmal Gemüse gekocht. Jeder hat seine Lieblingssorte und bei jedem gibt es auch ein Gemüse, das ihm nicht so sehr schmeckt.

Manche mußten vielleicht als Kind immer alles essen, was auf den Tisch kam. Oder es war einfach nur das da, was man selbst im Garten hatte. Erzählen Sie uns doch von Ihren Erfahrungen – ob gute oder schlechte. Oder, liebe Angehörige, bringen Sie uns ein Gemüse aus ihrem Garten mit – nur zum Anschauen und Bewundern.

Vielleicht haben Sie schon einmal etwas erlebt bei der Gartenarbeit oder bei der Kartoffelernte auf dem Acker. Lassen Sie uns teilhaben an Ihren Erfahrungen!

Die beliebtesten Gemüse der Deutschen sind angeblich Spargel, Tomaten und Karotten. Am wenigsten mögen die Deutschen Lauch und Wirsing. Welches ist ihr Favorit? Wir wünschen Ihnen eine interessante Woche rund ums Gemüse!

Das Team der Sozialen Betreuung

Kartoffel-Lauch-Gemüse

Ein schnelles Rezept für 4 Pers.

Man braucht:

1 kg Kartoffeln

500 g Zwiebeln

Margarine

Fondor (Gemüsebrühe)

1 Stange Lauch (ca. 300 Gramm)

200 g saure Sahne

etwas Mehl

Zubereitung:

Die Kartoffeln und die Zwiebeln klein würfeln und in der Margarine andünsten.

Mit Gemüsebrühe würzen.

3/8 Liter (600 ml) Wasser

dazugießen. Eine Stange Lauch sehr fein schneiden und dazu geben. 15 min. kochen.

Nach dem Kochen saure Sahne und 1 EL Mehl unterrühren.

Es gibt sehr unterschiedliche Arten, Kartoffelgemüse zuzubereiten. Wie machen Sie Kartoffel-Gemüse? Verraten Sie uns ihr Rezept? (Manche sagen auch Kartoffelgulasch)



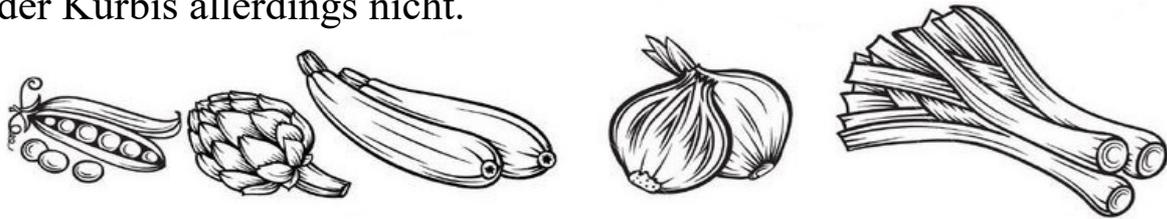
Hätten Sie es gewußt?

Kartoffelsorten

Weltweit gibt es rund 5000 Kartoffelsorten. Darunter sind sogar Kartoffeln mit roter und violetter Fleischfarbe.

Riesenkürbis aus Hessen

Der schwerste deutsche Kürbis kommt aus Hessen. Ein Züchter aus dem Kreis Bergstraße hat den bundesdeutschen Rekord aufgestellt - mit großem Abstand. Mit einem 901 Kilo schweren Prachtexemplar gewann Matthias Würsching aus Einhausen (Bergstraße) die Deutsche Meisterschaft im Kürbiswiegen. Er erhielt einen Pokal. Genießbar ist der Kürbis allerdings nicht.



Mit Gurkophon und Lauchgeige Musik machen

Wenn Tamara Wilhelm und Jörg Piringer Musik machen wollen, gehen sie zum Markt und dann schnitzen sie ihr Instrument - aus frischem Gemüse. Die beiden gehören zum Vienna Vegetable Orchestra, dem Wiener Gemüseorchester, das seine Töne mit Hilfe von Karotten, Sellerie oder Tomaten erzeugt.

Mit ihrem ganz eigenen Sound aus Paprikatröten, Gurkophon und Lauchgeige hat das zwölfköpfige Orchester weltweit Erfolg. Kürzlich feierte das Gemüse-Orchester mit einem Konzert in Wien sein zehnjähriges Bestehen. Inzwischen hat das Orchester bei fast 200 Auftritten weltweit gezeigt, wie aus einer gewöhnlichen Karotte ein Ton herausgeholt werden kann oder wie klangvoll die Fäden eines Rhabarbers sein können.

Schwarze Tomaten und lila Möhren

Margarete Peschkens aus Rostock züchtet alte und vergessene Gemüse-sorten. Auf dem Wochenmarkt verkaufen sich ihre ungewöhnlichen Sorten sehr gut. Bei ihr kann man z.B. leuchtend orangefarbene oder schwarze Tomaten kaufen. Ebenso im Angebot hat sie lilafarbene Möhren und schwarzen Grünkohl. Bei manchem dürfte ihre Kartoffelsorte „Bamberger Hörnchen“ vielleicht bekannt sein, die für ihren guten Geschmack sehr gelobt wird.



Schlager-Gemüse

richtiges Wort:

- Weiße Radieschen aus Athen _ _ _ _ _
- Tanze mit mir in den Mangold _ _ _ _ _
- Ganz Paris träumt von der Lauchsuppe _ _ _ _ _
- Mairüben und Mondschein _ _ _ _ _
- Wenn bei Capri die rote Beete _ _ _ _ _
- Steig in das Traumboot der Linsen _ _ _ _ _
- Das alte Haus von Rotkohl Dockey _ _ _ _ _
- Ein Lied kann eine Bohne sein _ _ _ _ _
- Tomaten aus Amsterdam _ _ _ _ _
- Am Tag als der Rettich kam _ _ _ _ _
- Mit 17 hat man noch Topinambur _ _ _ _ _
- Rote Paprika soll man küssen _ _ _ _ _
- Spargel komm bald wieder _ _ _ _ _
- Schuld war nur der Blumenkohl _ _ _ _ _
- Schwarzbraun ist die Steckrübe _ _ _ _ _
- Aber bitte mit Erbsen _ _ _ _ _
- Marmor, Stein und Weißkohl bricht _ _ _ _ _
- Wann wird's mal wieder richtig Sellerie? _ _ _ _ _
- Da sprach der alte Kürbis der Indianer _ _ _ _ _
- Ham se nich, ham se nich ne Zwiebel für mich _ _ _ _ _
- Nimm mich mit Wirsingkohl auf die Reise _ _ _ _ _
- Das machen nur die Endivien von Dolores _ _ _ _ _

Bitte jeweils das falsche Wort durchstreichen und rechts das richtige Wort hinschreiben.

Lösung Schlagergemüse:

richtiges Wort:

Weißer Radieschen aus Athen	Rosen
Tanze mit mir in den Mangold	Morgen
Ganz Paris träumt von der Lauchsuppe	Liebe
Mairüben und Mondschein	Mandolinen
Wenn bei Capri die rote Beete	Sonne
Steig in das Traumboot der Linsen	Liebe
Das alte Haus von Rotkohl Docky	Rocky
Ein Lied kann eine Bohne sein	Brücke
Tomaten aus Amsterdam	Tulpen
Am Tag als der Rettich kam	Regen
Mit 17 hat man noch Topinambur	Träume
Rote Paprika soll man küssen	Lippen
Spargel komm bald wieder	Junge
Schuld war nur der Blumenkohl	Bossa Nova
Schwarzbraun ist die Steckrübe	Haselnuss
Aber bitte mit Erbsen	Sahne
Marmor, Stein und Weißkohl bricht	Eisen
Wann wird's mal wieder richtig Sellerie?	Sommer
Da sprach der alte Kürbis der Indianer	Häuptling
Ham se nich, ham se nich ne Zwiebel für mich	Braut
Nimm mich mit Wirsingkohl auf die Reise	Kapitän
Das machen nur die Endivien von Dolores	Beine



Finden Sie die 9 Gemüsesorten!

Die Gemüsesorten können sich waagrecht oder senkrecht versteckt haben!



K W Y L V
S G O R F J I M G
I R H K M D A B Z R G
Q K P S U R E I A O F Z A
A A S P G O P J L Y S Y F
A P R M A L T C P M D P E K F
T E T K R K K B F Y H E Y I X
E X O O G G O K A R O T T E N
Q V F H E Z H P T O M A T E N
B Z F L L F L N L H D Y L S C
V E R Y V A S P I N A T I
X L A G W I R S I N G H E
N B L F M I K J P B F
I Z W I E B E L N
O Q G O V

Gesucht werden diese Gemüsesorten:

Rotkohl _____

Zwiebeln _____

Spargel _____

Karotten _____

Tomaten _____

Kohlrabi _____

Wirsing _____

Kartoffeln _____

Spinat _____

