

Feuer machen früher und heute



Die Kinder lernen die Geschichte und die Bedeutung des Feuers kennen und denken über ihre Energienutzung nach (NMC, BNE, personale Kompetenzen). Sie können selber mit verschiedenen Hilfsmitteln ein Feuer entfachen und üben sich dabei in Geduld und Ausdauer (NMC, personale Kompetenzen).

Am besten benutzt die Klasse bereits vorhandene Feuerstellen. Das verhindert, dass zu viele neue entstehen. Allerdings befindet sich nicht immer eine Feuerstelle in der Nähe des Naturorts, oder diese wird schon von jemand anderem benutzt. Für das Errichten einer Feuerstelle auf privatem Grund braucht es immer die Bewilligung des Grundstücksbesitzers. Ist es nicht erlaubt, eine Feuerstelle selbst zu bauen, kann stattdessen eine mobile Feuerschale mitgenommen werden.

Brennmaterial suchen

Die Lehrperson legt ein grosses Tuch aus und sagt: «Sucht in der Umgebung nach Material, das gut brennt.» Die Kinder machen sich auf die Suche und sortieren danach ihre Funde auf dem ausgebreiteten Tuch. Die Klasse betrachtet das gefundene Brennmaterial, und die Lehrperson ergänzt die Sammlung mit dem Brennmaterial, das sie mitgebracht hat: Harz, getrocknete Tannzapfen, Baumwolle, Lippenstift, evtl. Taschenmesser

Dann geht die Klasse auf Holzsuche. Die Lehrperson zeigt, welches Holz gut brennt und wo man solches Holz findet. Die Kinder suchen Holz mit verschiedenem Durchmesser und sortieren es. Ob das Holz trocken ist, können die Kinder testen, indem sie es brechen: Ist der Ast elastisch und bricht nicht leicht, ist er noch grün. Bricht er leicht und mit einem Knacken, ist er trocken. Trockenholz findet man oft in Sträuchern und Bäumen, wo es beim Herunterfallen hängengeblieben ist. Wenn das Holz nass ist, suchen die Kinder am besten Holz ohne Rinde, oder sie entfernen die nasse Rinde mit dem Taschenmesser.

Material

Tuch, Harz, getrocknete Tannzapfen, Baumwolle, Lippenstift, evtl. Taschenmesser

1.-2. Zyklus
NMC.3-4

Zum Anfeuern eignet sich harzhaltiges Holz wie Tanne, Kiefer, Lärche. Die Zweige sollen nicht dicker als ein Daumen sein. Das gesammelte Anfeuerholz wird dann bei einer Länge von 10 bis 20 cm gebrochen und in kleinen Bündeln sortiert.

Als Zunder können verwendet werden: Tannenreisig, Schilf-Rohrkolben, Zunderpilz, trockenes Gras und Laub, Harz, trockene Tannzapfen und Birkenrinden. Birkenrinde ist der Zunder schlechthin, da sie sogar nass entzündbar ist. Sie blättert von jungen lebenden Bäumen ab und lässt sich von Hand lösen.

Wenn kein brauchbarer Zunder zu finden ist, schnitzen und schaben die Kinder Holzspäne von einem dickeren Holz, das innen trocken ist. Am besten brennen Späne, die an einer Stelle noch zusammenhalten.

Tipps > Soll das Feuermachen gelingen, muss der Suche nach Brennmaterial genügend Zeit eingeräumt werden. Erst wenn die Klasse genug verschiedenes und gut brennbares Material gesammelt hat, geht es ans Feuermachen.

Regeln > Feuer machen

Das Feuermachen ist nicht immer und überall erlaubt. Die Webseite www.waldbrandgefah.ch gibt bei Trockenperioden über Feuerverbote Auskunft. Erkundigen Sie sich beim Grundstücksbesitzer, ob Feuern an Ihrem Naturort erlaubt ist oder nicht.

Für die Kinder gelten folgende Regeln beim Feuermachen:

- > Streichhölzer immer mit einer Bewegung vom Körper weg anzünden.
- > Brennende und glühende Äste bleiben in der Feuerstelle.
- > Um die Feuerstelle herum sind wir ruhig. Für wilde Spiele und um zu rennen, hat es anderswo genug Platz.
- > Das Feuer bleibt immer beaufsichtigt.
- > Bevor wir gehen, löschen wir das Feuer mit Wasser oder feuchter Erde.
- > Wir verbrennen nur Holz – unseren Abfall nehmen wir wieder nach Hause mit. Auch die Asche ist verwendbar: als Seifenersatz zum Waschen der Teller und Töpfe oder sogar zur Herstellung von Zahnpasta.

Kindern wie Erwachsenen kann Feuer Angst machen; lassen Sie den Kindern genügend Zeit, sich ans Feuer zu gewöhnen und sich ihm im eigenen Tempo anzunähern.



- ↖ Holz sammeln
- ↗ Gemeinsam zusägen
- ↙ Tipi-Feueraufbau
- ↘ Feuer beobachten

Feuer aufbauen

Material
keines

1.–2. Zyklus
NMG.3–5 | TTG.2.A–B

Zuerst führt die Lehrperson die Feuer-Regeln ein (→ 166). Dann bauen die Kinder alleine, in Kleingruppen oder gemeinsam ein Feuer auf. Erfolgt der Aufbau zusammen, kann das Feuer direkt in der Feuerstelle angefacht werden. Arbeiten die Kinder alleine oder in Kleingruppen, sucht sich jedes Kind oder Team einen transportablen Untersatz, auf dem es ein kleines Feuer konstruiert, zum Beispiel eine Rinde, einen Stein oder einen Holzrugel.

In der Theorie ist Feuermachen einfach: Es braucht die richtige Mischung zwischen Nahrung (Holz) und Luft, gutes Brennmaterial und ein «Feuerzeug». In der Praxis haben die meisten Feuer aber zu viel Luft, weil der Aufbau nicht sorgfältig gemacht wurde. Am besten verwendet man eine der beiden folgenden Methoden:

- > Beim Tipi- oder Kegelmodell legt man ganz unten das feine und gut entzündbare Material hin, und oben kommen kegelförmig immer dickere Äste darauf. Das Feuer wird unten angezündet.
- > Beim Kastenfeuer werden zuerst die dicken Äste in mehreren Schichten gitterförmig übereinandergelegt. Das gut brennbare Material kommt oben drauf, darüber legt man nochmals einige dünne Äste. Das Feuer wird oben angezündet.

Bevor die Kinder das Feuer anzünden, kontrolliert die Lehrperson, ob sie es sorgfältig aufgebaut haben, und leistet falls nötig Unterstützung.

Feuer anzünden

Material
Anzündhilfen (Streichhölzer, Feuerzeuge, Lupen, evtl. alte Feueranzünder: Pyritstein, Feuerstein, Feueranzünder aus Metall)

1.–2. Zyklus
NMG.3–5 | NMG.9 | TTG.2A–B | TTG.3.A

Nun geht es ans Feuermachen. Dabei können die Kinder mit Feuerhilfen vergangener Epochen experimentieren und versuchen, ihr Feuer wie dazumal zu entzünden:

Steinzeit > Die Kinder erstellen ein weiches «Vogelnest» aus gut brennbarem Material, zum Beispiel aus getrocknetem Gras, getrockneten Schilfrohrkolben oder Zunderschwamm. Mit einem Pyritstein und einem Feuerstein versuchen die Kinder, Funken zu schlagen und das Brennmaterial zum Entzünden zu bringen. Das ist aber äusserst schwierig! Auch das Feuerbohren mit Holz gehört in diese Epoche; dafür zieht man aber am besten eine Expertin oder einen Experten bei.

Antike und Mittelalter > Auch hier müssen die Kinder erst ein weiches «Vogelnest» bauen. Gefeuert wird nun mit einem Feuerstein und einem Metallstück, das an den Feuerstein geschlagen wird, bis die Funken ins «Vogelnest» springen. Als zusätzliches Material können die Kinder etwas Baumwolle als Zunder benutzen. Seit dem Mittelalter gibt es auch Lupen. Damit kann man an sonnigen Tagen versuchen, ein Feuer zu entzünden, indem die Sonnenstrahlen auf entzündbares Material gebündelt werden. Vorsicht: Man sollte nie einen Körperteil vor die Lupe halten und die Lupe immer gleich wieder versorgen.

19. Jahrhundert > Wir entzünden ein Feuer mit Streichhölzern und dem Material, das wir in der Umgebung gefunden haben. Bei dieser Methode eignet sich Birkenrinde als Zunder.

20. Jahrhundert > Wir benutzen Feuerzeuge. Ein spannender moderner Zunder ist Baumwollwatte mit aufgeschmiertem Lippenstift.

Tipps >

- > Das Feuer beim Anzünden gut vor Wind schützen.
- > Man sollte immer genug Holz in Reserve bereithalten und dieses sorgfältig nachlegen, sobald eine Flamme züngelt.
- > Brennt das Feuer, werden die nassen Äste ringsherum zum Trocknen gelegt. Denn trockenes Holz brennt besser und raucht weniger.
- > Alte Feuerzeuge können bei Feuerspezialisten, zum Beispiel beim Museum für Urgeschichte Zug, erworben werden.

Feuer beobachten

Die Kinder beobachten ihr Feuer und stellen sich Fragen: Welches Material brennt gut, welches schlecht? Welches Material brennt schnell, welches langsam? Wie lange brennt welches Holz? Womit lässt sich das Feuer am besten entzünden? Welches Material macht viel Rauch, welches wenig? Welche Farbe hat der Rauch? Wie verändert sich ein Material, wenn es verbrennt? Warum ist das so?

Am Schluss tauscht sich die Klasse über ihre Fragen, Entdeckungen und Erklärungen rund um das Feuer aus. Wie war das wohl für die Menschen früher (in dieser Epoche), Feuer zu machen? Wofür benutzten sie das Feuer? Wie wichtig war ihnen das Feuer? Was benutzen wir heute anstelle des Feuers? Die Lehrperson ergänzt (siehe Box «Geschichte des Feuermachens» ↗ 171).

Die Kinder bzw. Teams, die ihr Feuer auf einer mobilen Unterlage gemacht haben, transportieren die Glut in die Feuerstelle, sobald das Feuer heruntergebrannt ist. Vor dem Verlassen des Platzes löschen die Kinder das Feuer mit Wasser oder mit feuchter Erde.

Material
keines

1.–2. Zyklus
NMC. 3–5 | NMC.9

Anzündwürfel selber machen

Material

alte Eierkartons, Kerzenreste oder Bienenwachs, Pfanne, Wasser, Feuerhandschuhe, evtl. Dreibein

1.-2. Zyklus

NMG.3-6 | TTG.2.A-B

Warum Zeitungen oder gekaufte Anzündwürfel verwenden? Diese selbst gemachten Anzündwürfel werden aus recyceltem und natürlichem Material hergestellt und brennen bei jedem Wetter, auch wenn das Feuer mal nicht so sorgfältig aufgeschichtet wurde.

Die Klasse sammelt gemeinsam Föhrenzapfen, Sägespäne, Tannenreisig oder Birkenrinde und lässt sie im Klassenzimmer trocknen. Die Lehrperson schmilzt im Wasserbad alte Kerzenreste oder Bienenwachs. Die Kinder nehmen alte Eierkartons von zu Hause mit und legen in jedes Abteil einen Föhrenzapfen, eine Handvoll Holzschnitzel oder ein Stück Birkenrinde. Danach werden die geschmolzenen Kerzenreste über das Material gegossen. Das Ganze erkalten lassen, die Eierkartons in die einzelnen Abschnitte brechen, und schon sind die Anzündwürfel fertig.

Weitere Ideen

MU > Die Kinder singen ein indianisches Feuerlied und machen einen Feueranzug ums Feuer.

NMG | BC | TTG > Die Klasse kocht eine Mahlzeit (Rezeptideen ↗ 172) oder stellt selber Kohlenstifte her (Anleitung ↗ 226).

NMG > Die Kinder legen ein wohlriechendes Material auf die Clut, zum Beispiel Baumharz, Tannennadeln oder Blumen.

D.5 | NMG > Die Kinder machen Rauchzeichen, indem sie mit nassen Blättern viel Rauch erzeugen und dann eine Decke in unterschiedlich langen Abständen übers Feuer halten.

NMG.9 | NMG.12 > In der Fasnachtszeit baut die Klasse aus Holz und Stroh einen «Böögg» und zündet ihn in der Feuerstelle an.



← Selbst gemachter Anzündwürfel

Geschichte des Feuermachens

Feuer gibt es fast so lange, wie es die Erde gibt. Durch Blitze und Vulkanausbrüche entstanden und entstehen immer wieder Brände. Die ersten Menschen nahmen das Feuer wohl vorwiegend als zerstörerische Naturgewalt wahr.

Erst in der Steinzeit, vor gut einer Million Jahren, lernte der Mensch, das Feuer zu bändigen und zu nutzen. Er musste dazu das Feuer eines natürlichen Brandes verwenden und das Feuer stets am Brennen halten. Feuer selber entzünden konnte er noch nicht. Die ältesten gefundenen Feuerstellen Europas sind 700 000 Jahre alt.

Die Steinzeitmenschen nutzten das Feuer, um sich zu wärmen und sich vor wilden Tieren zu schützen. Sie konnten mit dem Feuer auch Gefässe aus Ton brennen und Nahrungsmittel bekömmlich und haltbar machen, indem sie diese kochten, brieten oder räucherten.

Und dann, vor 32 000 Jahren, entdeckten die Menschen, dass ein Funke entstand, wenn sie zwei bestimmte Steine aufeinanderschlugen: das schwefelhaltige Mineral Pyrit und den Feuerstein, auch Silex genannt. Das Steinfeuerzeug war erfunden. Mit dem Funken liessen sich trockene Pflanzenreste, Reisig oder Zunderschwamm zum Glimmen bringen.

Ähnlich alt ist die Methode, Feuer durch Reibungswärme zu entfachen. Hierbei wird hartes Holz auf einem flachen weichen Holzstück gerieben. Die Unterkante des Holzstabs erhitzt sich, sodass der durch die Reibung entstandene Holzstaub zu glühen beginnt.

Später, in der Eisenzeit und bei den Römern, kam das Feuerschlagen durch Metall hinzu. Dabei schlug man mit einem Metall auf einen Feuerstein. Der Zunder wurde von den abspringenden Funken zum Glimmen gebracht. Solche Feuerstähle blieben bei allen Kulturvölkern bis weit ins 19. Jahrhundert hinein das einzige allgemein gebräuchliche Mittel zum Feuermachen.

Im 19. Jahrhundert wurden die Feuerstähle nach und nach von den Streichhölzern abgelöst. 1826 entwickelte der englische Apotheker John Walker ein Zündholz namens «Friction Lights», das sich durch Reiben an jeglicher Fläche entzünden liess. Diese Zündhölzer waren aber gefährlich, weil sie sich oft von selbst entzündeten. 1848 erfand der Chemieprofessor Rudolf Christian Böttger das Sicherheitsstreichholz, das nur an einer bestimmten Oberfläche durch Reiben zum Brennen gebracht werden konnte.

Das moderne Feuerzeug wurde 1903 vom österreichischen Chemiker Carl Auer von Welsbach entwickelt. In neuester Zeit entstanden elektronische Feuerzeuge.

Kochen früher und heute



Die Kinder vergleichen die Ernährung früher und heute, lernen die Verwendung von Wildpflanzen kennen, können über dem Feuer selbstständig eine Mahlzeit zubereiten (NMG, BNE, methodische Kompetenzen), kooperieren in der Gruppe (soziale Kompetenzen), denken über ihren Geschmack und ihr Essverhalten nach (personale Kompetenzen, BNE).

Mehr

Weitere Rezepte unter www.hep-verlag.ch/draussen-unterrichten

1.-2. Zyklus

NMG.1 | NMG.9 | NMG.3-6 |
NMG.11 | D.2 | MA.3.A-C

Die folgenden Rezepte sind nach Jahreszeiten geordnet. Die Klasse sammelt, bestimmt, wäscht und genießt gemeinsam. Ob alle gemeinsam kochen oder die Kinder die Rezepte in Kleingruppen lesen und umsetzen, entscheidet die Lehrperson je nach Altersstufe und Schwierigkeit des Rezepts. Die angegebenen Mengen sind für eine Klasse von zwanzig Kindern und zwei Erwachsenen berechnet. Planen Sie grosszügig Zeit ein, draussen dauert das Kochen länger als drinnen.



Regeln > Nahrung sammeln

Lassen Sie die Kinder nur Pflanzen sammeln, die Sie selber gut kennen und von ähnlichen Giftpflanzen unterscheiden können. Es gelten folgende Regeln beim Sammeln:

- > Wir sammeln nur gesunde Pflanzen.
- > Wir sammeln nicht dort, wo Hunde oder Füchse ihren Kot deponieren: also nicht um Baumstämme herum, nicht an exponierten Stellen, nicht auf Wegen oder an Wegrändern.
- > Wir waschen oder kochen die Pflanzen, bevor wir sie essen.
- > Die Lehrperson kontrolliert die Pflanzen, bevor wir sie essen.

Jungsteinzeit-Eintopf

Vor 8000 Jahren – in der Jungsteinzeit – wurden die ersten Menschen in der Schweiz sesshaft. Sie rodeten Lichtungen in den Wald und bauten dort Dörfer. Auch wenn in der Jungsteinzeit das Sammeln von Wildpflanzen und die Jagd immer noch eine wichtige Rolle spielten, änderte sich damals die Ernährung grundlegend. Die Menschen begannen, Getreide (Gerste, Einkorn, Emmer), Hülsenfrüchte (Erbsen und Linsen) und Ölpflanzen (Lein, Mohn) anzupflanzen. Sie domestizierten Rinder, Schweine, Ziegen und Schafe und verwendeten deren Fleisch, Milch, Leder und Felle. Getreide wurde zum Grundnahrungsmittel. Die Menschen kochten an offenen Feuerstellen mit Gefäßen aus gebranntem Ton.

Zubereitung >

- > Gib das Getreide, die Linsen und die Erbsen in einen Topf, füge die doppelte Menge Wasser hinzu und erhitze den Topf auf dem Feuer.
- > Würze den Eintopf mit Wildkräutern und eventuell mit Salz (Kochsalz gab es aber in der Steinzeit bei uns noch nicht).
- > Lasse den Eintopf eine Stunde köcheln, rühre immer wieder um und giesse, wenn nötig, Wasser nach.
- > Würze den Eintopf mit Mohnsamen.

Früher im Frühling

Material

Topf, Dreibein, Holzkelle, Wasser, 1 Teller und 1 Löffel pro Kind

Zutaten

750 kg Vollkorn-Getreidekörner (Gerste, Einkorn oder Emmer)
 500 g Erbsen (frisch oder getrocknet)
 250 g Linsen
 Wildkräuter (Brennnesseln, wilder Thymian und Oregano, weisser Cänsefuss, Bärlauch, Rapunzel)
 evtl. Salz
 Mohnsamen



← Steinzeit-Brombeeren mit Honig

→ Eintopf Rezept aus der Jungsteinzeit

Mittelalterliche Maibowle

Früher im Frühling

Material

Schüssel, Schöpfkelle,
evtl. Zitronenpresse, 1 Becher
pro Kind

Zutaten

2l Apfelsaft
1l Mineralwasser mit Kohlensäure
(oder stilles Wasser, wenn es
mittelalterlich sein soll)
1 kleines Sträusschen Waldmeister
(20 Pflanzen)
Blätter der schwarzen Johannis-
beere
Efeu-Cundermann
evtl. 2 Zitronen,
1 dl Holunderblütensirup
Saisonfrüchte

Die Maibowle ist ein traditionelles Rezept, das aus Waldmeister und Weisswein gebraut wird. Erstmals schriftlich erwähnt wird dieses Getränk im 9. Jahrhundert: In einem deutschen Kloster wurde der «Maiwein» zur Stärkung von Herz und Leber getrunken. Ihr Aroma erhält die Maibowle vom Wirkstoff Cumarin, der sich erst voll entfaltet, wenn der Waldmeister welkt. Cumarin wirkt gegen Kopfschmerzen, ist krampflösend und beruhigt. Aber Achtung: Bei Überdosierung kann es Schwindel, Kopfschmerzen und Übelkeit verursachen. Deshalb darf man den Waldmeister nie essen, sondern nur ziehen lassen und die angegebene Dosis nicht überschreiten. Hier das Rezept für eine alkoholfreie Variante der Maibowle.

Zubereitung >

- > Giesse den Apfelsaft in eine Schüssel.
- > Wasche die Wildpflanzen und gib sie dazu. Lasse sie dreissig Minuten ziehen, möglichst an der Sonne. Die Blätter der Johannisbeere und der Cundermann dürfen auch länger drinbleiben.
- > Nimm die Pflanzen wieder heraus.
- > Giesse das Mineralwasser hinzu und serviere den Trank.

Noch feiner wird die Maibowle, wenn du zwei Zitronen dazu presst und 1 dl Holunderblütensirup dazugiesst oder Saisonfrüchte darin einlegst.

Butter-Cracker mit Wildpflanzendekoration

Heute im Frühling

Material

5 kleine Konfitürengläser, 5 Messer

Zutaten

5 dl Vollrahm
400 g Cracker
Wildpflanzen (Sauerklee, Zaun-
wicke-Blüten, Rotklee-Blüten,
Taubnessel-Blüten, Cundermann-
Blüten, Cundermann-Blätter,
Schafgarbe-Blätter, Bärlauch-
Blätter)

Wann und wo genau Butter erstmals hergestellt wurde, ist nicht bekannt. Wahrscheinlich gab es Butter bereits in der Jungsteinzeit, seit dem Beginn der Viehzucht. Die erste Darstellung von Butter stammt aus dem 3. Jahrtausend v. Chr. Im Mittelalter galt Butter als wichtiges Handelsgut, das in Fässern und Töpfen transportiert wurde. Zur Kühlung der Butter verwendete man Eis, das im Winter jeweils in Eiskellern eingelagert wurde. Was viele heute nicht mehr wissen: Butter kann ganz einfach selbst hergestellt werden, aus der Rahmschicht der Milch.

Zubereitung >

- > Verteile den Rahm auf die fünf Gläser und verschliese sie gut.
- > Schüttle das Glas so lange, bis sich Klumpen bilden – das ist die fertige Butter. Die Flüssigkeit im Glas kannst du trinken, das ist Buttermilch.
- > Lege die Cracker auf frische Blätter und auf eine ebene Unterlage.
- > Bestreiche jeden Cracker mit der selbst gemachten Butter.
- > Dekoriere die Cracker mit frisch gewaschenen Wildpflanzen.

Du kannst die Wildpflanzen auch feinhacken und unter die weiche Butter mischen – so erhältst du eine Kräuterbutter.

Schoggiblätter

Die Schokolade nimmt den Geschmack der jeweiligen Pflanzenart an. Im Frühling darf die Schoggi mitsamt dem Blatt gegessen werden. In den anderen Jahreszeiten schmecken die Blätter etwas rustikaler, in diesem Fall zieht man besser die Blätter vorsichtig von der Schokolade ab, bestaunt das Schokoladen-Muster auf dem Blatt und genießt nur die Schokolade. Kleine Kinder schlecken die Blätter gerne einfach ab.

Zubereitung >

- > Sammle pro Person mindestens zwei junge Blätter. Besonders fein schmecken Linde, Wildkirsche und Buche. Und wenn du «After Eight» magst, probiere mal den Efeu-Gundermann oder die wilde Minze aus.
- > Erwärme die Schokolade im Wasserbad.
- > Lege die Blätter auf ein Backtrennpapier. Pinsle auf jedes Blatt eine Schicht Schokolade. Lasse diese etwas trocknen und pinsle dann nochmals zwei Schichten darüber.

Heute im Frühling

Material

Pinsel, Backtrennpapier, kleine Pfanne oder Thermosflasche mit heissem Wasser, Gefäß zum Schmelzen der Schokolade

Zutaten

300 g Schokolade

Steinzeit-Brombeeren in Honig

Dieses Rezept hätte schon zu Zeiten der ersten Menschen hier zubereitet werden können. Bis etwa 10 000 v. Chr. lag die Schweiz unter einer dicken Eisschicht. Danach wurde es wärmer. Föhrenwälder breiteten sich aus, später von Eichen dominierte Mischwälder. Es entstand eine immer größere Artenvielfalt. Fischfang und Vogeljagd nahmen an Bedeutung zu, aber auch Hirsch, Wildschwein, Reh, Bär und Kleintiere wurden gejagt. Die Menschen assen die Nahrung oft roh oder kochten sie am offenen Feuer. Und ja, Süßes hatten sie wenig: Wilde Früchte mussten sie weit verstreut sammeln und Honig von den Wildbienen klauen.

Zubereitung >

- > Sammle und wasche die Brombeeren.
- > Übergiesse sie in einer flachen Holzschale mit Honig.
- > Spitze dir mit einem Stein oder einem Taschenmesser ein Hölzchen zu. Spiesse damit die Brombeeren auf – und genieße!

Moderne Variante > Aus den Sommerfrüchten lassen sich auch Früchte-Brochettes herstellen. Einfach gesammelte Wildfrüchte auf einen Spitzwegerichstängel oder einen Crashalm auffädeln und mit oder ohne Honig genießen.

Früher im Sommer

Material

flache Holzschale, evtl. Taschenmesser

Zutaten

Brombeeren
Honig

Bannock-Burger mit Sommerkräutern

Früher im Sommer

Material

Schüssel, Tuch, Bratpfanne,
Holzkelle, evtl. Taschenmesser

Zutaten

1 kg Mehl
5 dl Wasser
2 TL Salz
40 g Hefe
evtl. Öl, Wildkräuter
2 kg Rinds-Hackfleisch
Öl und Salz
Ketchup
Wildkräuter (Brennnesseln,
Rapunzel, Knoblauchrauke,
wilder Thymian und Oregano,
Schafgarbenblätter)

Bannock ist ein Fladenbrot, das ursprünglich aus den schottischen Highlands stammt. Es wird meistens aus Hafer- und Gerstenmehl hergestellt. Im 18. und 19. Jahrhundert verbreitete es sich bei den Ureinwohnern Kanadas, die das Bannock meist aus Weizen buken. Lateinisch hiess es «focacius» (Feuerstellenbrot – das erinnert doch ans italienische Focaccia) oder «panis subciniericus» (in der Asche gebackenes Brot). Und genauso wurde es auch zubereitet: Man formte einen Teig aus Mehl, Wasser und Salz zu einem Fladen und buk diesen beidseitig in der Glut. Heute werden Bannocks auch mit einem üblichen Brotteig zubereitet.

Zubereitung Bannock >

- > Vermische Mehl und Salz in einer Schüssel.
- > Löse die Hefe in etwas Wasser auf und giesse die Flüssigkeit in die Schüssel.
- > Giesse das restliche Wasser dazu und knete den Teig gut. Der Teig sollte trocken sein und nicht an den Fingern kleben.
- > Lasse den Teig unter einem Tuch mindestens eine Stunde ruhen.
- > Wenn du magst, kannst du dem Teig auch Öl und Wildkräuter begeben.
- > Bereite pro Person zwei kleine, fingerdicke Fladen vor.
- > Brate die Fladen beidseitig in der Glut des Feuers oder in einer Bratpfanne.

Zubereitung Burgerfleisch >

- > Brate das Hackfleisch mit Öl in einer Bratpfanne an.
- > Drehe es regelmässig mit einer Holzkelle.
- > Gib die Wildkräuter dazu, die du zuvor gesammelt und gewaschen hast.

Jedes Kind kann sich nun selber einen Bannock-Burger herstellen: Zwei Fladen nehmen, Hackfleisch hineinfüllen und nach Belieben mit Ketchup würzen.

Moderne Variante > Statt einem Burger aus zwei Bannockfladen kann man sich auch ein Burgerkörnchen machen: Bereite pro Person einen fingerdicken Fladen vor. Suche einen dicken und sauberen Stock (Durchmesser 5–10 cm). Schabe seine Rinde falls nötig mit dem Taschenmesser ab, um ihn zu säubern. Stülpe den Fladen über das Ende des Stocks. Den Teig genügend hoch über den Stock ziehen, damit er nicht abfällt! Dann den Teig über die Glut halten und auf allen Seiten braun braten. Ist der Teig durch, lässt er sich einfach vom Stock ziehen.



- ↑ Gesammelte Sommerkräuter hinzugeben
- ↖ Burgerkörnchen am Stecken braten
- ✓ Hackfleisch ins Burgerkörnchen füllen
- Den Burger mit Ketchup genießen

Wildbeeren-Cugelhopf im Topf

Heute im Sommer

Material

Crosser Topf mit Deckel,
Cugelhopfform, Pinsel, Schüssel,
Spachtel, Backtrennpapier

Zutaten

400 g Mehl
200 g Butter
400 g Zucker
2 dl Rahm oder Milch
6 Eier
Wildbeeren
1 TL Backpulver

Draussen einen Geburtstagskuchen backen? Ja, das kann man wirklich – in einem grossen Topf über dem Feuer. Zunächst gehen die Kinder alle auf die Suche nach Wildbeeren: Wald-Erdbeeren, Heidelbeeren, Himbeeren, Brombeeren, Holunderbeeren – auch Wildkirsche, Schlehe, Weissdorn, Vogelbeere sind möglich, aber wegen Stein oder Bitterkeit etwas gewöhnungsbedürftig. Zum Sammeln verwenden die Kinder ein selbst gebasteltes Körbchen (siehe Aktivitäten «Körbe» ↗ 230) oder eine Rinde. Danach waschen sie die Beeren.

Zubereitung >

- > Lege die Butter nahe ans Feuer oder auf einen warmen Stein, bis sie weich wird, aber noch nicht schmilzt.
- > Mische alle Zutaten in einer Schüssel.
- > Fette die Cugelhopfform mit Butter aus und fülle den Teig hinein.
- > Lege ein Backpapier in den grossen Topf und fülle danach den Topf mit mindestens 2 cm Sand, Erde oder Steinchen.
- > Stelle die Cugelhopfform in den mit Erdmaterial gefüllten Topf.
- > Fülle nun vorsichtig Steinchen, Sand oder Erde um die Form und auch in das Loch in der Mitte.
- > Schliesse den Topf gut mit dem Deckel.
- > Backe den Cugelhopf im Topf in der heissen Glut oder auf kleinem Feuer. Je nach Temperatur dauert das etwa zwanzig bis vierzig Minuten. Immer Glut oder Holz nachlegen! Kontrolliere zwischendurch mit einem kleinen Stecken, ob der Kuchen schon gut ist: Solange noch Teig am Stecken klebt, muss er noch etwas weiterbacken.

Auf dieselbe Art lassen sich zu jeder Jahreszeit mit saisonalen Zutaten Kuchen oder Brot backen. Für ein Brot oder einen Dreikönigskuchen legen die Kinder einfach auf die untere Sandschicht noch zwei Backpapiere, der Teig kommt dann gleich darauf.

↑ Cugelhopfteig herstellen und in Form füllen

↓ Dann in einem mit Steinchen aufgefüllten Topf backen



Brennnesselchips

Heute im Sommer

Material

Bratpfanne, Holzkelle,
Haushaltspapier

Zutaten

Öl
Salz
Brennnesseln

Die Brennnessel ist eine richtige Protein- und Vitaminbombe. Sie enthält – auf dasselbe Gewicht bezogen – halb so viel Carotin wie eine Karotte, zwei- bis viermal so viel Eisen wie ein Rindersteak, sechsmal so viel Calcium wie Kuhmilch und siebenmal so viel Vitamin C wie Orangen. Die Samen und Früchte der Brennnessel können roh oder geröstet als Würze verwendet werden. Sogar Brennnesselstiche bewirken Gutes: Sie helfen gegen Rheuma und Arthrose und wirken auch gegen Darmentzündungen, Blasenbeschwerden und Haarausfall. Als Jauche verwendet, ersetzt die Brennnessel Pflanzendünger und Pestizide. Und ihre Fasern wurden früher zur Herstellung von Seilen, Netzen und Stoffen verwendet. Bei so viel Nützlichkeit ist es praktisch, dass die Pflanze zu jeder Jahreszeit in allen Naturräumen zu finden ist.

Für die Herstellung von Brennnesselchips sammeln die Kinder nur die obersten vier Blätter der Pflanze ohne den Stiel. Einfach mit den Fingern abzupfen oder ein Baumblatt in die Hand nehmen und damit die Nesselblätter pflücken. Wenn man die Hand davor mit dem Saft eines Ampfers einreibt (Blatt zerreißen und Saft auf die Hand reiben), brennen die Nesseln nicht. Die Brennnesselblätter sollten für die Zubereitung der Chips nicht gewaschen werden, weil sonst das Wasser im Öl spritzt und die Chips schlapp werden.

Zubereitung >

- > In einer Bratpfanne Öl erhitzen – Achtung: Die Flammen des Feuers dürfen auf keinen Fall in die Pfanne geraten, sonst gibt es eine Stichflamme.
- > Pfanne vom Feuer nehmen, Brennnesseln hineingeben und ca. zwei bis drei Minuten frittieren.
- > Falls die Brennnesseln noch nicht knusprig sind, Pfanne nochmals auf das Feuer stellen.
- > Wenn die Brennnesseln beginnen, braun zu werden, die Pfanne sofort vom Feuer nehmen.
- > Die knusprig frittierten Brennnesseln auf ein Haushaltspapier legen, salzen und noch warm genießen.

Tipp > Das Frittieren der Brennnesselchips ist eine heikle Sache. Die Hitze und Höhe des Feuers sowie die Dauer müssen genau stimmen. Deshalb übernimmt am besten die Lehrperson diese Aufgabe.

Eichelkakao

Eicheln sind eine beliebte Nahrung für Schweine. Gewisse Schweine werden ausschliesslich in Eichenwäldern gemästet. Frische Eicheln enthalten etwa 40 Prozent Kohlenhydrate, 20 Prozent Fett und 5 Prozent Proteine, sind also sehr nahrhaft. Auch der Mensch verwendete sie daher als Nahrungsmittel, insbesondere in Notzeiten, wenn andere Lebensmittel nicht verfügbar waren. Noch im 20. Jahrhundert, während der Weltkriege, griff man auch in der Schweiz auf die Eichel als Mehl- und Kaffee-Ersatz zurück. Da Eicheln viele Bitterstoffe (Tannin) enthalten, müssen sie vor dem Genuss erst geröstet oder in Wasser gekocht werden. Dann ergeben sie jedoch ein nahrhaftes und magenstärkendes Gericht. Um einen Eichelkakao zuzubereiten, sammeln die Kinder im Herbst wurmfreie Eicheln.

Zubereitung >

- > Koche die Eicheln fünf Minuten lang im Wasser. So lassen sie sich besser schälen.
- > Schneide jede Eichel auf einem Brett in zwei Stücke und schäle sie.
- > Schneide die geschälten Eicheln in kleine Würfel.
- > Röste die Eichelwürfel in einer Bratpfanne, bis sie dunkelbraun werden.
- > Mahle sie in einer alten Kaffeemühle oder zermörsere sie mit einem Stein in einer Schüssel.
- > Erwärme die Milch und füge das Eichelpulver und den Honig hinzu.
- > Filtere den Eichelkakao durch ein Sieb und trinke ihn noch warm.
Mmh!

Früher im Herbst

Material

Topf, Sieb, Bretter, Messer, Kaffeemühle oder Metallschüssel, Holzkelle, 1 Becher pro Kind

Zutaten

Wasser
2 Handvoll Eicheln
3 l Milch
3 EL Honig

↓ Brennesselchips frittieren

