



Im Spätsommer sind viele Feldfrüchte und Obstarten erntereif. Auch das Getreide, das in das Kindergartenbeet gepflanzt wurde, kann jetzt geerntet und weiterverarbeitet werden. Kinder bekommen dabei die Möglichkeit, sich einen Überblick über verschiedene, mit der Ernährung zusammenhängende Lebens- und Handlungsabläufe zu verschaffen. Sie können miterleben, woher das Mehl im täglichen Brot und die Haferflocken im Müsli kommen. Sie erleben, daß sie nur etwas ernten können, wenn sie vorher gesät haben. Sie bekommen eine Vorstellung davon, was sich in einem Mährescher vollzieht, der als riesige Maschine über das erntereife Feld rollt. Und das Wichtigste: Sie haben die einzelnen Tätigkeiten selbst getan.

Getreideernte

Wir schneiden das Getreide kurz über dem Boden ab und binden Garben, die zunächst in den Kindergarten zum Be-

staunen aufgestellt werden. An den darauffolgenden Tagen schneiden Wir die Ähren vom Halm ab, legen sie einzeln auf eine Holzscheibe, und mit einem handlichen Rundholz klopfen wir sie aus, bis sich die Körner herauslösen. Die Halme werden für Flechtarbeiten im Herbst zur Seite gelegt (siehe Kap. Oktober „Flechten mit Naturmaterialien“).

Weiterverarbeitung

Nun wird die kleine Ernte geteilt. Ein Drittel der Körnchen legen wir als Saatgut für das nächste Frühjahr zur Seite, einige Körner werden mit Holzscheibe und Rundholz von sehr kräftigen und geschickten Kindern zu Getreideflocken gepreßt, der Rest wird zu Mehl weiterverarbeitet.



Mit einem Rundholz stellen die Kinder aus den geernteten Getreidekörnern Haferflocken her.



Die Körner werden in einem muldenförmigen Stein als Schüssel mit einem kleineren Stein zu Schrot und Mehl zerrieben.

Mahlen

Die älteste Methode, den Mehlkörper aus dem Getreidekorn herauszulösen, ist die Verwendung von Mahlsteinen. Dazu brauchen wir einen größeren Stein mit einer flachen Mulde und einer glatten Oberfläche und einen kleineren, etwa handgroßen Stein. Einige Getreidekörner werden in die Mulde gelegt und mit dem kleinen Stein zerrieben. Wenn alles gemahlen ist, wird es vorsichtig in ein Gefäß gefegt. Nicht ganz so kraftaufwendig ist die Verwendung einer Getreidemühle oder einer Kaffemühle, mit der wir das Getreide natürlich auch zu Mehl mahlen können.

Ein Tag in der Steinzeit

Diese einfache (aber anstrengende) Methode, Mehl aus Getreidekörnern zu gewinnen, wurde bereits in der Steinzeit praktiziert. Da liegt es nahe, einmal einen ganzen Tag als Steinzeitmensch nachzuspielen. Besonderen Spaß macht das in einer möglichst naturnahen Umgebung, z.B. im Wald. Im Vorfeld ist es sinnvoll, die Gegend genau zu erkunden, ob giftige Pflanzen, die natürlich nicht auf den Neandertaler-Speisezettel gehören, vorhanden sind.

Brot backen

Aus wenigen Zutaten wie Wasser, Mehl und Salz lassen sich bereits einfache Stock- und Fladenbrote herstellen, die auch in einem Ofen einfacher Bauweise gebacken werden können (siehe Seite 40).



„Wir kneten Sauerteig und backen Brot“. Kinder aus dem Kindergarten „Hohn“ in Bad Münstereifel beim Backen von Martinswecken.

Rezept Fladenbrot

Wir mahlen mit dem Reibstein, der Kaffee- oder Getreidemühle Weizenkörner zu Mehl und geben etwas Salz und soviel Wasser hinzu, daß ein gut formbarer Teig entsteht. Wir formen handtellergroße flache Fladenbrote und backen diese auf einem heißen Stein in der Feuerstelle (siehe Kap. Juli).



Rezept Stockbrot

500 g Vollkornmehl	1/4 l Wasser
20 g Hefe	2 gestr. Teelöffel Salz
60 g Butter	

Einen Hefeteig kneten, diesen ausrollen und in lange Streifen schneiden. Die Teigstreifen um einen Stab wickeln und über der Glut des offenen Feuers backen.

Grundteig für Obstkuchen, Brezeln, Kleingebäck und Pizza:

500 g Vollkornmehl
20 g Hefe
500 g Mehl (Weizenvollkornmehl)
120 g Quark
70 g Fett (Butter, Pflanzenmargarine, Öl)
Vorsicht Margarine Industrieprodukt!
1 Tasse warmes Wasser
1/4 Teel. Salz

bei süßem Gebäck: 1 - 2 Eßl. Honig oder Birnendicksaft
bei salzigem Teig und Pizza: frische, gehackte oder getrocknete Kräuter.

Früher wurden Brote in einem kühlen Keller auf einem unter der Decke hängenden Brett gelagert, wo sie bis zu drei Wochen haltbar waren. Vielleicht findet sich ja auch im Kindergarten ein ebenso geeigneter Platz.

Eine Attraktion ist ein Besuch in einer Bäckerei oder einem Freilichtmuseum, in dem noch auf traditionelle Weise Brot hergestellt wird.