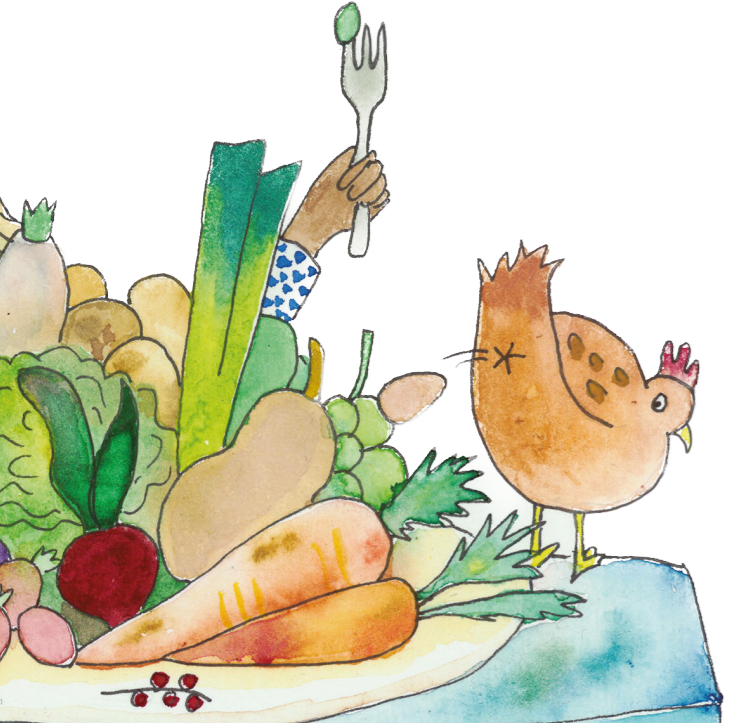


# ECKE WÄCHST!



Wo gibt es den nächsten Bauernmarkt, Regional-Laden oder sogar Bauernhof, der seine Produkte direkt verkauft?

Findet Ihr ein Nahrungsmittel aus der Region, das Ihr vorher nicht gekannt habt?

# BIO - LEBENSMITTEL

Was ist die höchste Ess-Klasse? Regionale Lebensmittel aus ökologischem Landbau! Das hat einige Gründe:

- sie sind besonders gesund
- wegen des Verzichts auf künstliche Hilfsmittel im Anbau (z.B. Dünger, Gifte gegen Schädlinge)
- sie schützen Tiere und Pflanzen und erhalten damit die Artenvielfalt
- der Boden bleibt fruchtbarer und wird geschont

All das macht bio-regionale Produkte zum Besten vom Besten für Dich, Deine Heimat und das globale Klima.

Bio-Produkte gibt es inzwischen in fast jedem Geschäft. Deshalb lohnt es sich bei regionalen Produkten zusätzlich noch auf eine Kennzeichnung »Bio« zu achten! Bei allen anderen Lebensmitteln sowieso.

Schau Dich im Laden um: Woran kannst Du biologisch erzeugte Lebensmittel beim Einkaufen erkennen? Male, schreibe, klebe auf!



# ISS, WAS UM DIE



»Geh hin, wo der Pfeffer wächst« - Ein Sprichwort

Pfeffer ist heute ein alltägliches Gewürz. Früher stand er für eine fast unerreicherbar weit entfernte Gegend. Pfeffer war deshalb auch sehr teuer. Lebensmittel aus der eigenen Region sind aber auch sehr wertvoll. Was wird rund um mein Zuhause eigentlich produziert? Was wird nicht hier erzeugt? Von Avocado über Flugananas bis zu Zitronen landet alles selbstverständlich im Einkaufskorb. Die Vielfalt der heimischen Produkte gerät dabei in Vergessenheit. Kiwis kennst Du, aber weißt Du wie die Quitte aussieht?

# Regionale Lebensmittel!

Welche Vorteile hat es, Birnen aus der nahen Umgebung zu kaufen? Vergleiche mit Birnen, die aus fernen Ländern kommen.

Vertical writing area with a yellow-to-pink gradient background and a row of green leaves along the left edge.

Und dann probiert mal: welche schmecken Euch besser?

# HEIMISCHE SUPERFOODS



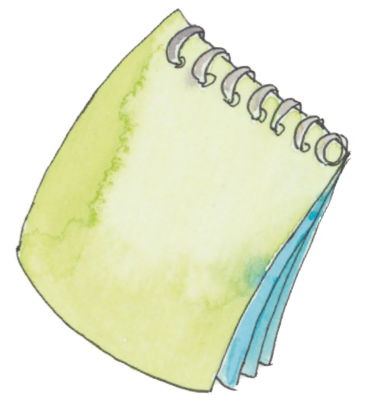
Als Superfoods bezeichnen wir Lebensmittel, die uns mit besonders vielen und besonders wichtigen Nährstoffen versorgen. Oft sind exotische Produkte dafür bekannt. Aber auch heimische Erzeugnisse liefern uns extra viele Vitamine, Mineralien und andere wertvolle Inhaltsstoffe.



Findet gemeinsam ein super gesundes, heimisches Lebensmittel. Malt oder zeichnet und beschreibt es hier.

Large, irregular pink watercolor shape intended for drawing or painting a food item.

POWER



## Was hat Saison?

Macht eine Liste, welche Lebensmittel bei uns gerade frisch geerntet werden können:



Bringe für ein gemeinsames Frühstück ein Gemüse oder Obst mit, das in Deiner Umgebung gerade reif geerntet worden ist.

