

Einkochparty

Ein Aktionsnachmittag zur Vermittlung von Grundwissen zur Haltbarmachung heimischer Lebensmittel

„Back to basics“ hieß es bei Madlen und Benjamin in Bammental. Denn (Ein-)Kochen zu können, bedeutet auch, die eigene Einflussmöglichkeit auf die Lebensmittelpolitik zu stärken.



Was war die Motivation zur Verwirklichung dieses Projektes?

„Wir wollten die Differenz zwischen der Lebensmittelproduktion und den einzelnen Konsumenten verkürzen. Mit Hilfe praktischer Anleitung und Informationsmaterial wollten wir Grundwissen über das Haltbarmachen von heimischen Lebensmitteln vermitteln und gleichzeitig zu einem bewussten Umgang (regional, saisonal, keine Verschwendung) mit Nahrungsmitteln aufrufen. Durch das Medium „Kochlöffel“ sollten sich die Teilnehmenden vom reinen Konsumenten (von Fertigprodukten) zum Prosumenten (bewusster Umgang mit Nahrungsmitteln und Hersteller eigener Lebensmittel) wandeln. Diese Aktion verstanden wir nicht als häusliche Reproduktionsarbeit, sondern als politische Teilhabe.“

Ich (Benjamin) habe in einem landwirtschaftlichen Betrieb ohne Kühllhäuser gearbeitet. Wenn die Ernte kam, musste man in einem nachhaltigen System Wissen um die Haltbarmachung von Lebensmitteln haben, sonst verdarb das meiste. Ich (Madlen) habe in meiner Zeit als Freiwillige gesehen, was es heißt, wenn nichts zu Essen im Hause ist: Der Schrank ist leer, wirklich leer! Gleichzeitig habe ich einen viel weniger verschwenderischen Umgang mit Lebensmitteln erlebt. Auch habe ich sehr bewusst erlebt, dass Obst und Gemüse Luxusgüter darstellen können. Das Bewusstsein für diesen Umstand wollte ich gerne schärfen.“

Was sollte erreicht werden?

- ✓ Das Einkochen sollte praktisch geübt und so der Weg zur selbstständigen Umsetzung geebnet werden. Es sollte einen kurzen Einführungsvortrag und einen Tisch mit Literatur und Anschauungsmaterial (Gegenständen, die zum Einkochen verwendet werden können) geben. Wobei der Fokus auf den Dingen liegen sollte, die jede*r in der eigenen Küche hat.
- ✓ Das Infomaterial sollte die grundlegende Vorgehensweise beim Einkochen und ein Gefühl für die Saisonalität heimischer Lebensmittel vermitteln.
- ✓ Zu der Veranstaltung sollten mindestens acht Leute kommen. Über eine Facebookveranstaltung sollte das Infomaterial auch an die indirekte Zielgruppe verteilt werden.

Wer sollte erreicht werden?

- ✓ Direkte Zielgruppe: 8 – 15 Bekannte, vorrangig Heidelberger Studierende
- ✓ Indirekte Zielgruppe: Bekanntenkreis, FB-Gruppe zur Einkochparty, Mailverteiler (eFeF, BfW), Lebensmittelpendler*innen (ein befreundeter Bauer und Lebensmittelläden)

Was ist konkret passiert? Was wurde erreicht?

„Wir gründeten eine Facebookveranstaltung und luden viele Freund*innen ein. Von diesen bekundeten überdurchschnittlich viele Interesse, konnten aber aufgrund des Termins (direkt vor der Prüfungswoche) nicht teilnehmen. Am Freitag, den 18.7.2014 zwischen 15.00-18.00 Uhr, stellten wir mit drei Teilnehmer*innen Wildpflaumenmarmelade, Aprikosenchutney und eingelegte Zucchini her.

Nachdem wir nicht in die Küche der Heidelberger evangelischen Studierendengemeinde (ESG) konnten, konnten wir die Küche von Bennis Wohngemeinschaft verwenden. Die Zutaten hatte Benni vorher im eigenen Garten und von einem Baum in der Nähe geerntet und vom Gemüsehändler nebenan als Ausschuss gekauft, was den Teilnehmenden als Beispiel für günstiges lokales und saisonales Essen dienen konnte. Die Gläser wurden über ein paar Monate von Bennis WG gesammelt.

Zum Vorbereiten der Lebensmittel hatten wir auf der Terrasse alle Zutaten und die Küchengeräte (Schneidebretter, Messer und Schüsseln) bereitgestellt. Drinnen, in einem angrenzenden Raum, haben wir einen Info-Tisch mit Kochbüchern, der Infobroschüre und mit unterschiedlichen Gegenständen zum Einkochen, u.a. einem Einkochtopf und verschiedenen Arten von Gläsern, vorbereitet.

Nach einer Vorstellungsrunde, in der unsere Vorerfahrungen mit dem Themenkomplex Ernährung, lokaler Landwirtschaft und Nachhaltigkeit zur Sprache kamen, stellten wir zunächst kurz unsere Infobroschüre vor. Nach entsprechender Erklärung wurden die Zucchini geschnitten und die Aprikosen sowie die Wildpflaumen entsteint. Während der Vorbereitung kam das Thema Nachhaltigkeit und die Schwierigkeit selbst nachhaltig zu leben, immer wieder zur Sprache.

Wir tauschten uns über die Herstellungs- und Produktionsbedingungen von Lebensmitteln und deren Auswirkungen auf die verschiedenen Ebenen aus und diskutierten denkbare Alternativen zu den derzeitigen Bedingungen. An dieser Stelle ist anzumerken, dass die Möglichkeit zu solch intensiven Gesprächen in kleiner, fast intimer Runde ein großer Vorteil der gewählten Veranstaltungsform ist. Hier bietet sich der Raum für Diskussion und Austausch von Sichtweisen ohne belehrend zu wirken. Sollte man in Zukunft diese Form der Veranstaltung wählen, könnte man diesen Teil mit gezielten Fragen und wenigen, aber gut recherchierten Informationen noch besser für die Bildungsarbeit nutzen.

Nachdem alles kleingeschnitten war, gingen wir in die Küche. Wir teilten uns die Aufgaben entsprechend der vorbereiteten Stationen auf. An den Wänden hatten wir die Rezepte und eine Übersicht mit den wichtigsten Arbeitsschritten angebracht. Dies war sehr nützlich, so musste wir nicht mit dreckigen Fingern in einem Buch nachschlagen, um die Vollständigkeit eines Rezeptes zu überprüfen.

Das Einkochen selbst dauerte aufgrund der Massen länger als gedacht. Insgesamt blieben wir aber im angedachten Zeitrahmen. Das Abfüllen wurde nach kurzer Anleitung von den Teilnehmenden selbst gemacht. Anschließend etikettierten wir alle Gläser und saßen noch eine Stunde herum und probierten das Produzierte. Danach nahmen alle Teilnehmer*innen die hergestellten Produkte mit nach Hause.

In den Gesprächen wurde deutlich, dass die Teilnehmenden ihr eigenes Konsumverhalten bereits hinterfragt hatten und das Projekt neuen Anlass dazu gab. Außerdem äußerten alle, dass sie wieder zu einer Einkochparty kommen würden und selbst öfter Einkochen wollen. Auch die gesellschaftliche und weltweite Problematik kam zur Sprache und Einkochen wurde als hilfreiche Methode erkannt, im Kleinen etwas zu verändern.“



Bemerkungen zur Umsetzung

Besonderheiten: Am besten gefallen haben uns der pragmatische Ansatz und die Zeit für weiterführende Gespräche, in denen das Wissen der Teilnehmenden auch zur Sprache kam. Besonders schön war, dass wir nach dem Workshop gemeinsam im Garten gegessen haben. Die Aufgabenteilung zwischen den beiden Durchführenden hat gut geklappt.

Probleme & ihre Überwindung: Die geringe Anzahl an Zusagen hat uns in der Vorbereitung frustriert, da wir so relativ schlecht planen konnten, welche Mengen an Material und Lebensmitteln wir brauchen. Aus diesem Grund haben wir die endgültige Entscheidung über die Mengen sehr kurzfristig getroffen.

Leider haben wir nicht den angedachten Raum im Heidelberger Zentrum bekommen, da dieser schon von langer Hand verplant war. So mussten wir auf das etwas außerhalb liegende Haus von Benni ausweichen. Vielleicht wären mit der Stadtnähe ein paar mehr Teilnehmer*innen erschienen. Auf der anderen Seite mussten wir so wenig Material (Gläser, Lebensmittel, Gewürze, ...) transportieren und hatten eine vollständige Küche zur Verfügung. Dies war letztlich sehr gut, weil es sonst vollkommen chaotisch geworden wäre.

Verbesserungsvorschläge: Beim nächsten Mal würden wir den Kurs für eine kleinere Teilnehmer*innenzahl konzipieren. Für den Transport der Materialien sollten ggf. ein Auto oder entsprechend viele Helfer eingeplant werden. Ein Raum mit genügend Platz ist die Voraussetzung für das Durchführen der Veranstaltung. An den Wänden kann man in Ergänzung zum ausführlichen Material, eine Schritt-für-Schritt-Anleitung (evtl. mit Symbolen) anbringen. Die Vorbereitung der Gläser zum Abfüllen der Lebensmittel war in so großer Menge sehr aufwendig. Dies sollte besser koordiniert sein. Um den Prozess der Nachbereitung zu verkürzen, ist der Einsatz einer Spülmaschine zu empfehlen.

Nicht für die unmittelbare Umsetzung des Projektes wichtig, aber vielleicht eine interessante Anregung: Das Einkochseminar hätte gut in einer kleinen Reihe stattfinden können, in der beispielsweise Produktionsketten, politische Richtlinien, die heimische Flora und Fauna, gesundheitliche Aspekte und die kreativen Möglichkeiten dem Einkochen beleuchtet worden wären.



Eckdaten

Projektorganisator*innen: Benjamin Krauß war mit Christliche Dienste in Palästina. Madlen Christin Schneider (madlen.christin.schneider@gmail.com) war mit Brot für die Welt in Kambodscha.

Projektdatum/-ort: 18. Juli 2014 / Bammental

Stichworte: Lebensmittel, Einkochen, Ernährung, Postwachstum