

Alles bio – logisch?!

Die wunderbare Welt der Nutzpflanzen

„Wie können uns Pflanzen dabei helfen, wissenschaftlich fundiert in eine Zukunft zu steuern, die sowohl ökologisch als auch ökonomisch und sozial nachhaltig ist?“ Diese komplexe Frage stellt David Spencer im Vorwort seines Buches. **Erfreulich: Er beantwortet sie auch. Und das auf sehr unterhaltsame und gleichzeitig fundierte Weise.**



David Spencer ist nicht nur Pflanzenbiologe, sondern auch Science Slammer. Bei Science Slams gilt es, die Ergebnisse wissenschaftlicher Forschung in maximal zehn Minuten unterhaltsam auf der Bühne zu präsentieren. Ziel ist, Wissenschaft für das Publikum greifbarer zu machen – ein Beitrag zu moderner Wissenschaftskommunikation.

David Spencer beherrscht die Waage zwischen lustigen Geschichten und wissenschaftlichen Fakten so perfekt, dass man gar nicht merkt, gerade ein Sachbuch zu lesen. „Pop Science zum Thema Ernährung – ein wissenschaftlicher Streifzug durch das Gemüsefach“, so beschreibt es der Verlag treffend.

Jedes der acht Kapitel beginnt mit einem Lieblingsrezept des Autors und zieht Leserinnen und Leser direkt in die jeweilige Thematik hinein. So sind Dinkel, Hafer, Lein- und Sesamsamen im Brotrezept Pionierpflanzen, die seit langer Zeit angebaut und verzehrt, fast genauso lange aber auch gezüchtet werden. Das Rezept für gemischtes Ofengemüse leitet sanft dazu über, sich mit den Auswirkungen des eigenen Essverhaltens auf die Umwelt und das Klima auseinanderzusetzen. Hier geht es unter anderem um die „Zwickmühle der zukünftigen Landnutzung“ am Beispiel pflanzlicher Öle und um Nachhaltigkeitsaspekte von Palmöl.

Obwohl es in jedem Kapitel zahlreiche Einschübe, Abschweifungen und Exkurse gibt, bleibt der rote Faden erhalten. Am Ende stehen nicht nur viele Fun Facts zu unseren Nahrungspflanzen, sondern fundiertes Wissen und wichtige Erkenntnisse. Eine Erkenntnis ist zum Beispiel, dass Nachhaltigkeit nicht „zurück in die Vergangenheit“ heißt, sondern dass uns nur die Kombination aus Hightech-Wissen aus der Forschung und Ökolandbau zu einer grünen Landwirtschaft und einer klimafreundlichen Ernährung bringen kann.

Ohne jemals den Zeigefinger zu erheben, schafft der Autor es, für eine nachhaltige, pflanzenbasierte Ernährung zu plädieren. Zentral ist dabei die Wertschätzung dem gegenüber, was die Nahrungspflanzen für uns leisten.

Melanie Kirk-Mechtel, Bonn

Alles bio – logisch?!

Die Superkräfte der Pflanzen nutzen, klimafreundliches Gemüse essen und die Welt retten

David Spencer
Droemer-Verlag München 2022
224 Seiten
ISBN 978-3-426-27879-6
Preis: 16,99 Euro

Konsum – Ernährung – Gesundheit

Didaktische Grundlagen der Ernährungs- und Verbraucherbildung

Das Autorenteam legt mit diesem Buch ein Konzept für eine wissenschaftlich fundierte, zeitgemäße Ernährungs- und Verbraucherbildung vor.

Das Konzept basiert auf den Erfahrungen mit dem Projekt Reform der Ernährungs- und Verbraucherbildung in allgemeinbildenden Schulen (REVIS). Die Ergebnisse der Diskussion der letzten 16 Jahre wurden systematisch ausgewertet und modifiziert, um die Zukunftsfähigkeit des Unterrichtsfachs zu gewährleisten.

Das Werk gliedert sich in vier Hauptkapitel:

- Ernährungs- und Verbraucherbildung im geschichtlichen Kontext haushaltsbezogener Bildung,
- Ernährungs- und Verbraucherbildung zwischen Wissenschaft und Lebenswelt,
- Lehren gestalten – Lernen ermöglichen, fachdidaktische Hinweise,
- Bildungsziele und Kompetenzen.



- Die ersten drei Schwerpunkte bilden den theoretischen Rahmen, den vierten darf die Leserschaft als Kernstück des Buches ansehen.

Hier werden zehn Bildungsziele ausführlich vorgestellt und diskutiert: Was sollten Schülerinnen und Schüler für die Gestaltung der privaten Lebensführung wissen und können? Welche didaktischen Hinweise bieten sich für Lehre und Unterricht an, die zu einer selbstbestimmten Gestaltung der privaten Lebensführung anregen? Die Bildungsziele umfassen unter anderem die Bedeu-

tung von Ressourcen, die Bedeutung von Konsumentscheidungen und ein Verständnis der Zusammenhänge von Gesundheit und Ernährung sowie von Körper, Essverhalten und Identität.

Insgesamt sind in diesem Fachbuch geschichtliche, wissenschaftliche, lebensweltliche und fachdidaktische Aspekte zusammengeführt worden. Es ist durchgängig wohlthuend verständlich geschrieben und versteht sich expressis verbis nicht als Lehrbuch, das die Lektüre von Lehrbüchern und fachwissenschaftlichen Artikeln ersetzen kann. Der Zielgruppe – Lehrende, Studierende und Lehramtsanwärterinnen und –anwärter im Rahmen der ersten und zweiten Phase der Lehramtsausbildung – sei es dennoch wärmstens ans Herz gelegt.

Rüdiger Lobitz, Meckenheim

Konsum – Ernährung – Gesundheit

Didaktische Grundlagen der Ernährungs- und Verbraucherbildung

Kirsten Schlegel-Matthies, Silke Bartsch, Werner Brandl, Barbara Methfessel
Taschenbuch
UTB Verlag 2022
406 Seiten
ISBN 978-3825257675
Preis: 29,90 Euro

Foodguide Jüdische Küche

Geschichten | Menschen | Orte | Trends

Ist jüdische Küche, die ebenso alt wie vielfältig, weitverzweigt und mehrdeutig ist, heute tatsächlich in aller Munde, wie der Covertext des Buches ausführt?

Tatsache ist, dass der Buchhandel eine große Anzahl an Kochbüchern anbietet und im Internet eine Menge Blogs und Kochvideos mit jüdischen Rezepten zu finden sind. Auch Szenerestaurants mit koscheren Gerichten in größeren und kleineren Städten Europas vermitteln diverse jüdische Lebenswelten.

Der Foodguide Jüdische Küche ist kein Rezeptbuch! Im besten Sinne des Wortes führt er die Leserinnen und Leser in die schillernde Welt jüdischen Lebens und Kultur, vor allem jene, die bislang keine oder nur wenig Berührung mit ihr hatten.

Einleitend erklärt das Autorenteam – ihres Zeichens Historiker, Kulturanthropologen und Kulturwissenschaftler – den Rahmen von kosher = Lebensmittel, die zum Verzehr geeignet sind; treife = Nicht-Koscheres und parve = neutrale Lebensmittel. Hauptteil des Buches ist die detaillierte Beschreibung, wo in Deutschland und im übrigen West-, Süd-,



Mittel- und Osteuropa jüdische Gastronomie zu finden ist, und vor allem, was dort geboten wird. Den größten Umfang nimmt Deutschland ein. Dabei schauen die Autorinnen und Autoren nicht nur in die Kochtöpfe, sondern auch in die Küchen, sprechen mit Gästen, Köchinnen und Köchen.

Mindestens ebenso wichtig wie der Kosmos der kulinarischen Gegebenheiten und seiner Verwobenheit mit den jeweiligen nationalen Küchen sind die ausführlichen Darstellungen von jüdischer Kulturgeschichte und kulturhistorischen Zusammenhängen. Das ist nicht nur spannend und überaus lehrreich, sondern bisweilen auch überraschend.

Denn wer weiß schon zum Beispiel, dass das amerikanische Nationalgetränk Coca-Cola erst durch die Intervention eines gewissen Rabbi Tobias Geffen (1870-1970) im Jahr 1930 „koscherisiert“ wurde, indem er bestimmte Grundstoffe substituierte. Das hat möglicherweise zu einem gewissen Teil zum Markterfolg des Getränks beigetragen.

Ein umfangreiches Glossar hilft, sich in der vermutlich nicht jedem geläufigen Terminologie zurechtzufinden. In Anmerkungen findet man Hinweise, wo sich der ein oder andere Aspekt vertiefen lässt.

Das Buch hat eine hochwertige Aufmachung und ist reich bebildert. Der Schreibstil ist erfrischend unterhaltsam. Es ist eine ebenso herzliche wie empfehlenswerte Einladung, Essen und Vielfalt jüdischer Kulturen in Europa zu entdecken.

Rüdiger Lobitz, Meckenheim

Foodguide Jüdische Küche

Geschichten | Menschen | Orte | Trends

Gunther Hirschfelder, Jana Stöxen, Markus Schreckhaas, Antonia Reck
Taschenbuch

Hentrich und Hentrich Verlag Berlin 2022

384 Seiten

ISBN 978-3955655112

Preis: 29,90 Euro

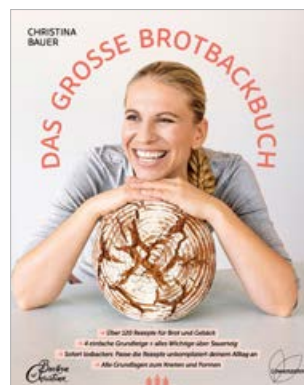
Das große Brotbackbuch

Über 120 Rezepte für Brot und Gebäck

Brot selber backen hatte schon immer eine feste Fangemeinde. Durch die Coronazeit erlebte dieses „Nischenhobby“ allerdings einen Aufschwung, der Hefe und Mehl in den Supermärkten zeitweilig knapp werden ließ.

An Rezepten mangelte und mangelt es nicht, weder in gedruckter noch in digitaler Form. Nun also ein weiteres Brotbackbuch, und zwar ein sehr schönes. Die österreichische Autorin – Christina Bauer – ist Landwirtin und Bloggerin mit einem professionellen Internetauftritt. Dieses Backbuch ist nicht ihr erstes, wohl aber ihr am aufwendigsten gestaltetes.

Das Buch vermittelt Schritt für Schritt das Einmaleins des Brotbackens. Angefangen bei den notwendigen Utensilien, dem Herstellen von Grundteigen, Knettechniken, der Teigführung bis hin zu Aufbewahrung und Brotverwertung. Auch die Herstellung von Sauerteig beschreibt sie ausführlich. Wo handwerkliches Können gefragt ist, etwa das



Flechten eines Zopfs, das Formen von Kipferln oder Croissants, stellt die Autorin das kleinschrittig mit Fotos dar.

Kernstück sind natürlich die Rezepte, und hier ist für Jede und Jeden und jeden Anlass etwas dabei. Es finden sich Brotklassiker, Kleingebäcke, herzhafte Snacks und süße Gebäcke. Der „Abteilung Vollkorn“ ist ebenfalls ein eigenes Kapitel gewidmet.

Man merkt es den Rezepten an, dass sie mit viel Erfahrung und Leidenschaft geschrieben und zusammengetragen sind. Ein Rezept auf einer Seite, flankiert von einem ganzseitigen

Bild, wie das fertige Produkt aussieht oder aussehen könnte, machen das Buch sehr attraktiv.

Die Rezepturen sind so gehalten, dass sie auch der oder die weniger Geübte nachbacken kann – ohne zu befürchten, dass das Ergebnis gänzlich anders ausfällt als im Buch dargestellt. Gleichzeitig gibt Christina Bauer gute Hinweise zum Variieren. So lassen sich die Rezepte nach eigenem Gusto abwandeln. Summa summarum ein liebevoll und aufwendig gemachtes Buch, das insbesondere bei den Anfängen des Brotbackens eine wertvolle Hilfe und Stütze sein wird. Auch erfahrene Hobbybäckerinnen und -bäcker werden hier und da ein wenig „Nektar saugen“ können. Allerdings könnten die Inspirationsquellen – auch in Anbetracht des Preises – hier doch eher gering ausfallen.

Rüdiger Lobitz, Meckenheim

Das große Brotbackbuch

Über 120 Rezepte für Brot und Gebäck

Christina Bauer

352 Seiten

Löwenzahn Verlag Innsbruck 2022

ISBN 978-3706629706

Preis: 39,90 Euro