



## ESSEN & TRINKEN



### Fühlen wie's schmeckt: Alles Gute aus der Dose?

»Der Geschmack liegt auf der Zunge«, sagt ein altes Sprichwort. Aber genau genommen können wir mit unserer Zunge nur vier Geschmacksqualitäten unterscheiden: süß, salzig, sauer und bitter. Dabei ist die Zungenspitze besonders empfindsam für süß. Salzig und sauer erschmeckt die Zunge besonders an ihren Seitenrändern (vorne salzig, hinten sauer). Der Zungenhintergrund reagiert heftig auf bitter und warnt uns vor giftigen, bitteren Stoffen.

Im folgenden Schmeck-Spiel habt ihr die Aufgabe, den Unterschied zwischen frischen und verarbeiteten Lebensmitteln herauszuschmecken.

#### Das brauchst du:

- 1 Dosenöffner
- 1 Sieb
- Teller
- 1 Messer
- 1 Schneidebrett
- Zahnstocher
- Augenbinden
- Lebensmittel, frisch und aus der Dose bzw. aus dem Glas: z. B. Karotten, Pfirsiche, Kirschen, Marillen, Birnen, Zwetschken

#### Vorbereitung:

- Konservendosen bzw. Gläser nacheinander öffnen und den Inhalt zum Abtropfen in ein Sieb geben.
- Die frischen Früchte bzw. das frische Gemüse waschen.
- Alle Zutaten in kleine Stücke schneiden, mit Zahnstochern aufspießen und nach Sorten getrennt auf die Teller geben.

#### Spielverlauf:

- Jede Mitspielerin und jeder Mitspieler sucht sich eine Spielpartnerin oder einen Spielpartner.
- Der Partnerin oder dem Partner werden die Augen verbunden. Dann wird sie/er mit den aufgespießten Lebensmitteln gefüttert. Dabei sollen frische und verarbeitete Lebensmittel abwechselt werden.
- Ist es ein frisches oder ein verarbeitetes Lebensmittel? Wie fühlt sich der Unterschied auf der Zunge an? Könnt ihr den Unterschied im Geschmack beschreiben? Habt ihr das Lebensmittel erkannt? In welcher Form mögt ihr es lieber?
- Anschließend die Gruppen wechseln, die »Probiererinnen« und »Probierer« werden zu den »Füttererinnen« und »Fütterern« und umgekehrt.
- Schaut euch auch die Verpackungen der verarbeiteten Lebensmittel an. Sind zusätzlich zum Lebensmittel noch weitere Zutaten in der Dose bzw. im Glas enthalten?
- Überlegt auch, wie viele Schritte es brauchen könnte, bis ein frisches Lebensmittel zur Konserve wird.