



Oktober 2020, Nr. 103

TEAM ERNÄHRUNG DER LANDESVEREINIGUNG MILCH HESSEN

Inhalt



AKTUELLES

- 28.10.2020 Online-Vortrag „Genuss entlang der Hessischen Milch- und Käsestraße – Mehrwert für Erzeuger und Verbraucher“



TERMINE

- Web-Fortbildungen zum „Ernährungsführerschein“
- Web-Seminarreihe „Beschaffung von Schulverpflegung“
- 28. und 29.10.2020 Online-Tagung „Ganztag is(s)t vielfältig“
- 05.11.2020 Online-Tagung „Ernährung in der Schule – zwischen Unterricht und Pausenhof“
- 10.11.2020 Online-Vortrag „Weizen und andere Lieblingsfeinde“



INFORMATIONEN

- Weg frei für den Nutri-Score
- Überarbeitung der DGE-Qualitätsstandards – Teilnehmende für Praxistest gesucht



REZEPT-IDEE

- Gurken-Lachs-Suppe

AKTUELLES

28.10.2020 Online-Vortrag „Genuss entlang der Hessischen Milch- und Käsestraße – Mehrwert für Erzeuger und Verbraucher“

Regionale Lebensmittel stehen für Frische, Geschmack, Umweltfreundlichkeit und lokale Wertschöpfung. In Zeiten des Klimawandels und der Corona-Pandemie gewinnt dies zunehmend an Bedeutung. Die Hessische Milch- und Käsestraße lädt auf verschiedenen Etappen in Hessen zum Entdecken und Genießen heimischer Milch und Milchprodukte ein. Am 28. Oktober nehmen wir alle Interessierten mit auf eine virtuelle Reise entlang unserer Hessischen Milch- und Käsestraße und stellen die einzelnen Etappen näher vor. Die Teilnehmer erfahren mehr über unsere Partnerbetriebe, deren Werdegang und Erfahrungen und bekommen vielfältige kulinarische Einblicke. Der kostenlose Online-Vortrag mit Webtalk zur regionalen Lebensmittelvermarktung in Hessen findet von 19 Uhr bis 21 Uhr statt. Anmeldung beim Landfrauenverband Hessen: www.landfrauen-bildung.de.

TERMINE / VERANSTALTUNGEN

Web-Fortbildungen zum „Ernährungsführerschein“



Der „Ernährungsführerschein“ vermittelt Grundschulkindern in jeweils sechs bis sieben Doppelstunden, frische Lebensmittel mit allen Sinnen wahrzunehmen, hygienisch zuzubereiten und zu genießen. Das Konzept ist deutschlandweit einer der bekanntesten Bausteine zur Ernährungsbildung in Grundschulen.



Landesvereinigung für Milch und Milcherzeugnisse Hessen e.V.

Lochmühlenweg 3
61381 Friedrichsdorf

Tel.: 06172 / 7106 – 291 • Fax: -296

E-Mail: info@milchhessen.de • Internet: www.milchhessen.de



Das Unterrichtskonzept des Ernährungsführerscheins können Lehrkräfte jetzt in einer dreistündigen Online-Fortbildung kennenlernen. Das Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) bietet bis Dezember mehrere Fortbildungstermine zur Auswahl an. Die Teilnahme ist kostenlos. Anmeldung: <https://www.bzfe.de/inhalt/webinare-ernaehrungsfuehrerschein-31798.html>

Hessische Schulen haben die Möglichkeit, bei der Durchführung des Ernährungsführerscheins kostenlose Unterstützung durch qualifizierte Multiplikator*innen des Landfrauenverbandes Hessen im Rahmen des Projektes „Klimabewusste Ernährungsbildung“ des „Integrierten Klimaschutzplans Hessen 2025“ (IKSP) zu erhalten. Nähere Informationen hierzu gibt es beim Landfrauenverband: <https://www.klimaschutz-anpacken.de/kurse/em%C3%A4hrungsf%C3%BChrerschein/>

Web-Seminarreihe „Beschaffung von Schulverpflegung“

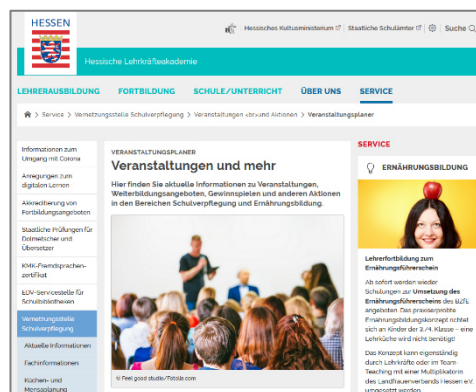
Das Nationale Qualitätszentrum für Ernährung in Kita und Schule (NQZ) bietet bis zum 4. Dezember mehrere jeweils einstündige Online-Seminare zu verschiedenen Aspekten der Beschaffung von Schulverpflegung an. Die Seminarreihe richtet sich in erster Linie an Verantwortliche in Kommunen, Gemeinden und Städten, die Schulverpflegung gestalten und beschaffen. Im digitalen Austausch mit Experten können ortsunabhängig Fragen geklärt werden, z.B. zur Leistungsausschreibung und zum rechtlichen Rahmen. Die kostenfreien Web-Seminare sind in sich geschlossen und bauen nicht aufeinander auf, Themen und Termine sind frei wähl- und kombinierbar. Weitere Informationen und Anmeldung: <https://www.nqz.de/.../beschaffung-von-schulverpflegung/>

28. und 29.10.2020 Online-Tagung „Ganztag is(s)t vielfältig“

Am 28. und 29. Oktober bieten die Vernetzungsstelle Schulverpflegung Hessen und die Serviceagentur „Ganztagig Lernen“ Hessen eine digitale Fachtagung zum Thema Schulverpflegung an. Neben Vertretern kommunaler Schulträger und des Ganztags sind auch alle Interessierten herzlich eingeladen.

Die Fachtagung, die jeweils von 15.15 Uhr bis 18.00 Uhr stattfindet, gibt einen Rückblick auf das Projekt „Miteinander im Dialog - Schulverpflegung gemeinsam auf einen guten Weg bringen“ und zeigt verschiedene Erfahrungsberichte. Die Hauptvorträge befassen sich mit der Bedeutung unterschiedlicher Perspektiven in der Entscheidungsfindung sowie der Integration von Ernährungsbildung in Unterricht und Schulalltag. Virtuelle Thementische, die frei wählbar sind, ermöglichen es den Teilnehmenden, beispielsweise Materialien für das Arbeiten im Mensakreis kennenzulernen, Einblicke in das Kommunikationsmodell eines Schulträgers zu gewinnen oder sich über pädagogische Konzepte der Mittagspause zu informieren.

Die Teilnahme an der Fachtagung ist kostenlos. Weitere Informationen und Anmeldung bei der Vernetzungsstelle Schulverpflegung: <https://lehrkraefteakademie.hessen.de/service/vernetzungsstelle-schulverpflegung/veranstaltungsplaner>.



05.11.2020 Online-Tagung „Ernährung in der Schule – zwischen Unterricht und Pausenhof“

Ein Update zur Ernährung in der Schule bietet die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) Sektion Schleswig-Holstein am 5. November für Schulleitungen, Lehrkräfte, pädagogisches Personal und Assistenten sowie Mitarbeiter des offenen Ganztags an. Bei der Fachtagung wird die Ernährung im Kindes- und Jugendalter ebenso Thema sein wie Allergien und Lebensmittelintoleranzen, die immer häufiger eine Rolle im Schulalltag spielen und Lehrkräfte sowie alle Mitarbeiter vor große Herausforderungen stellen. Außerdem werden die aktuellen Empfehlungen zum Konsum von Zucker vorgestellt und der Umgang mit neuen gesellschaftlichen und kulturellen Trends (soziale Medien und Influencer, Identität über Essen, Food Trends) diskutiert. Die Fachtagung zeigt auf, was jugendliche Schüler bewegt, an der Schulverpflegung teilzunehmen oder nicht und gibt Tipp, welche Maßnahmen die Attraktivität bzw. die Akzeptanz steigern können. Ergänzend erhalten die Teilnehmenden Informationen zur Didaktik des ernährungsbezogenen Unterrichts. Die Online-Tagung beginnt um 9.45 Uhr und endet um 15.00 Uhr. Die Teilnahme kostet 60 Euro. Anmeldung: <https://www.dge-sh.de/fort-und-weiterbildung-detailseite/fachtag-update-ern%C3%A4hrung-f%C3%BCr-akteure-in-schulen.html>.

10.11.2020 Online-Vortrag „Weizen und andere Lieblingsfeinde“

Immer mehr Menschen greifen zu Lebensmitteln, die frei von Gluten oder Laktose sind, ohne dass eine medizinische Notwendigkeit besteht. Dr. Ulrike Kreinhof von der Sektion Hessen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) e.V. nimmt am 10. November ab 19 Uhr die „Lieblingsfeinde“ der Ernährung unter die Lupe und erläutert, für wen diese „Frei-von“-Lebensmittel geeignet sind. Der zweistündige Online-Vortrag mit Webtalk vertieft die Inhalte des fünften Podcasts des hr INFO Funkkollegs Ernährung (<https://funkkolleg-ernaehrung.de/themen/05-weizen/>) und ordnet sie ein. Die Teilnahme ist kostenlos. Anmeldung beim Landfrauenverband Hessen: www.landfrauen-bildung.de.

INFORMATIONEN

Weg frei für den Nutri-Score

Nach langjährigen Diskussionen wurde nun in Deutschland der gesetzliche Rahmen für eine vereinfachte Nährwertkennzeichnung geschaffen: Ab November dürfen hiesige Lebensmittelunternehmen ihre Produkte rechtssicher mit dem Nutri-Score versehen. Das freiwillige Label soll beim Lebensmitteleinkauf für mehr Transparenz sorgen, einen Nährwertvergleich erleichtern und damit Orientierung bei der Lebensmittelauswahl im Rahmen einer gesunden, ausgewogenen Ernährung bieten.



Für die Bewertung der Nährwertqualität eines Lebensmittels nutzt der Nutri-Score eine 5-stufige Farbskala von A (dunkelgrün) bis E (rot), wobei das dunkelgrüne A für eine eher günstige und das rote E für eine weniger günstige Nährstoffzusammensetzung steht. Zur Berechnung des Nutri-Scores wird die Menge bestimmter ernährungsphysiologisch ungünstiger Inhaltsstoffe (Energiegehalt, Zucker, Salz und gesättigte Fettsäuren) und günstiger Inhaltsstoffe (Eiweiß, Ballaststoffe sowie Anteile von Obst, Gemüse und Nüssen) ermittelt und miteinander verrechnet. Will man Lebensmittel anhand ihres Nutri-Scores vergleichen, so ist dies nur innerhalb derselben Produktkategorie sinnvoll. Der Vergleich einer Cola, die zu den Erfrischungsgetränken zählt, mit einem Apfelsaft, der in die Kategorie Fruchtsaft fällt, ist also nicht zweckmäßig. Dies gilt es zu beachten und natürlich sollten Verbraucher auch ihre



gesamte Ernährung im Blick behalten, damit diese ausgewogen und abwechslungsreich ist. Mehr zum Nutri-Score erfahren Sie hier: www.nutri-score.de.

Überarbeitung der DGE-Qualitätsstandards – Teilnehmende für Praxistest gesucht

Die Qualitätsstandards zur Verpflegung in Gemeinschaftsverpflegungseinrichtungen wie z.B. Schulen und Kindertagesstätten werden derzeit überarbeitet. Im Rahmen eines Praxistests sollen die Qualitätsstandards im Hinblick u.a. auf die Anwendbarkeit im Verpflegungsalltag getestet und der Bedarf an zusätzlichen Unterstützungsmaterialien abgefragt werden. Dazu sucht die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE), die die Qualitätsstandards im Auftrag des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) entwickelt hat, aktuell Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung und Caterer. Wenn Sie Interesse haben, sich am Praxistest zu beteiligen, melden Sie sich bitte unter Angabe der Lebenswelt/en, in der Sie für die Verpflegung verantwortlich sind (Kita, Schule, Betrieb usw.) bei der DGE. Ansprechpartnerin ist Elke Thieme, E-Mail: thieme@dge.de, Tel.: 0228 / 3776-873. Weitere Informationen finden Sie hier: <https://www.jobundfit.de/aktuelles/meldung/article/ueberarbeitung/>.

REZEPT-IDEE

Gurken-Lachs-Suppe

Zutaten:

1 EL Öl
1 Zwiebel
130 g Pastinake oder Petersilienwurzel (alternativ Sellerie)
1 Salatgurke
3 Kartoffeln (ca. 450 g)
1 l Gemüsebrühe
200 g süße Sahne
250 g Lachs
1 Bund Petersilie (alternativ Dill)
Pfeffer, Salz



Zubereitung:

Zwiebel, Pastinake oder Petersilienwurzel und Kartoffeln schälen und klein schneiden. Gurke waschen und würfeln. Petersilie waschen, trocken schütteln und die Blätter fein hacken. Öl in einem Topf erhitzen, darin zuerst Zwiebeln und Pastinake oder Petersilienwurzel, dann die Gurkenstücke anbraten. Mit der Gemüsebrühe ablöschen. Kartoffeln zugeben und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Süße Sahne hinzufügen und die Suppe pürieren. Lachs waschen, trocken tupfen und in kleine Stücke schneiden. Lachsstücke zur Suppe geben und gar ziehen lassen (Suppe dabei nicht mehr kochen). Zum Schluss gehackte Petersilie unterrühren und die Gurken-Lachs-Suppe mit Pfeffer und Salz abschmecken.

TERMINVORSCHAU:

- | | |
|------------|--|
| 28.10.2020 | Online-Vortrag mit Webtalk „Genuss entlang der Hessischen Milch- und Käsestraße – Mehrwert für Erzeuger und Verbraucher“ |
| 31.10.2020 | 38. Rindergesundheitstag (digital): „Kühe sind keine Autos - Wie groß ist der CO ₂ -Fußabdruck der Milch wirklich?“ |

