

ZU VIEL ZUCCHINI?

Wenn die Zucchini-Flut nicht abreißt, wissen Gartengnome sich zu helfen!

ZUCHINICHUTNEY

4	Gläser (à ca. 250 ml)
1 1/2 kg	Zucchini
5	rote Zwiebeln
6	Knoblauchzehen
2	rote Paprika
3 EL	Olivenöl
4 TL	Senfkörner
300 ml	Weißwein-Essig
300 g	brauner Zucker
3 TL	Kreuzkümmel, gemahlen
2 TL	Kurkumapulver
	Salz, Pfeffer

Das Gemüse waschen, putzen und in Würfel schneiden.

Zwiebeln und Knoblauch kurz in Öl andünsten. Paprika, Zucchini und Senfkörner zufügen und 10-12 Minuten ebenfalls dünsten.

Essig, Zucker, Kreuzkümmel und Kurkuma unterrühren. Alles bei niedriger Hitze ca. 15 Minuten köcheln. Chutney pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Masse noch heiß in saubere Schraubgläser füllen.

Wer sind Knorre und Mörrer?

KNORRE



Ist 12 Gnom-Jahre alt,
wohnt im Gemüsebeet 5,
neben dem Insektenhotel.
Sie arbeitet als Ackerkoch.
Ihre Hobbys sind Rhabarber
rutschen, Schnecken reiten
und Gießkannenbäder nehmen.
Ihre Lieblingsfarbe ist Rot

MÖRRE

Ist 14 Gnom-Jahre alt.
Er wohnt im Hochbeet 12 am
Bohnenhorst.
Er arbeitet als Ackerkoch.
Seine Hobbys sind
Rübenziehen spielen,
Schnittlauch ärgern und
im Regen duschen
Seine Lieblingsfarbe ist Orange



MEINE ACKER KÜCHE

MEISTERPROJEKT
VON

REGINA LANGSCHARTNER

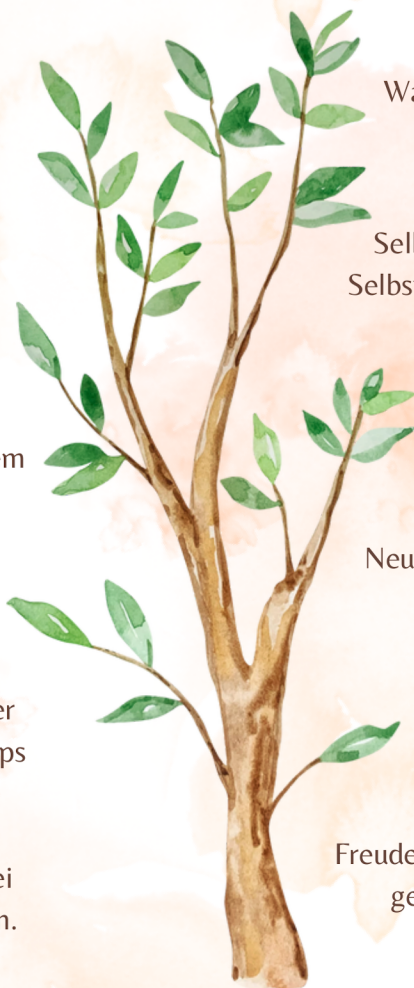
Regina.Langschartner@gmx.de



LIEBE ELTERN!

Mein Name ist Regina Langschartner.
Im Rahmen meines Meisterprojektes "Aus dem Garten - in den Topf" führe ich Koch- und Lerneinheiten mit Grundschülern durch.
Als Begleitheft habe ich dazu "Meine Ackerküche mit Mörré und Knorre" erstellt.
Es enthält neben leckeren Rezepten auch kindgerecht aufbereitete Fachkenntnisse über das Arbeiten in der Küche und so manche Tipps und Tricks für die Praxis.
Mörré und Knorre sind von mir erfundene Gartengnome die als Ackerköche Kindern bei ihrem Abenteuer in der Küche zu Seite stehen.

MEINE ZIELE FÜR DIE KINDER



Wachsen und Verantwortung übernehmen

Selbermachen und Selbstvertrauen ernten

Wertschätzen und bewusst konsumieren

Neugierig sein und lernen

Mut finden und neues entdecken

Freude spüren und genießen

MÖRRE UND KNORRE KOCHEN ACKERSTARK!

Ackerstark kochen heißt Müll vermeiden!
Deshalb arbeiten Knorre und Mörré mit den Kindern nach diesen Grundsätze in ihrer Küche:

**1 MEHRWEG
STATT EINWEG**

**2 NACHFÜLLEN
STATT NEU KAUFEN**

**3 GLAS UND PAPIER
STATT PLASTIK**

**4 REPARIEREN
STATT WEGWERFEN**

**5 LEIHEN ODER TAUSCHEN
STATT KAUFEN**