

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Gesunde Ernährung: Kaugummi, Pommes & Co.: Süße Sünden zwischendurch

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



Inhalt

	<u>Seite</u>
Quellenangaben	4
Vorwort	5
Lutscher	6 - 19
• <i>Geschichtliches</i>	
• <i>Nährwerte</i>	
• <i>Artenvielfalt</i>	
• <i>Gesundheitliche Aspekte</i>	
• <i>Kurioses</i>	
• <i>Sprüche und Witze</i>	
• <i>Arbeitsaufträge</i>	
• <i>Experiment</i>	
• <i>Rezepte</i>	
• <i>Eine Geschichte</i>	
• <i>Bastelanregungen</i>	
Pudding	20 - 33
• <i>Geschichtliches</i>	
• <i>Nährwerte</i>	
• <i>Artenvielfalt</i>	
• <i>Gesundheitliche Aspekte</i>	
• <i>Kurioses</i>	
• <i>Witze und Sprüche</i>	
• <i>Rezepte</i>	
• <i>Experimente</i>	
• <i>Bastelanregungen</i>	
• <i>Spielanregungen</i>	
• <i>Arbeitsaufträge</i>	
Brausepulver	34 - 44
• <i>Geschichtliches</i>	
• <i>Nährwerte</i>	
• <i>Artenvielfalt</i>	
• <i>Gesundheitliche Aspekte</i>	
• <i>Kurioses</i>	
• <i>Witze und Sprüche</i>	
• <i>Rezepte</i>	
• <i>Experimente</i>	
• <i>Arbeitsaufträge</i>	

Inhalt

	<u>Seite</u>
Limonade	45 - 55
• <i>Geschichtliches</i>	
• <i>Nährwerte und Inhaltsstoffe</i>	
• <i>Artenvielfalt</i>	
• <i>Gesundheitliche Aspekte</i>	
• <i>Kurioses</i>	
• <i>Witze und Sprüche</i>	
• <i>Rezepte</i>	
• <i>Experimente</i>	
Eistee	56 - 64
• <i>Geschichtliches</i>	
• <i>Nährwerte und Inhaltsstoffe</i>	
• <i>Artenvielfalt</i>	
• <i>Gesundheitliche Aspekte</i>	
• <i>Kurioses</i>	
• <i>Witze und Sprüche</i>	
• <i>Rezepte</i>	
• <i>Bastelanregungen</i>	

Quellenangaben:

- www.aok.de
- www.chupachups.ch
- www.cma.de
- www.frigeo.de
- www.gesundheit.de
- www.lebenswichtig.de
- www.naehrwertrechner.de
- www.oekotest.de
- www.oetker.de
- www.pelikan-lehrerinfo.de
- www.was-wir-essen.de
- www.wikipedia.de
- www.wissen.de

Sowie:

Wölfel, Ursula; Die grauen und die grünen Felder, S. 41 f; Beltz & Gelberg, Weinheim, 2004
(Textauszug auf den Kopiervorlagenseiten 16-18)

Vorwort

Gerne verlangen wir bei einem guten Essen etwas Nachschlag. – Auch literarisch gibt es nun einen Nachschlag an weiteren Themen für den Unterricht. Lutscher, Pudding, Brause, Limonade und Eistee kommen nun „auf den Tisch“.

Auf kurzweilige Art und Weise erfährt der Leser hier Hintergrundinfos zu Nährwerten, Herstellungsverfahren, Geschichtlichem, Rezepten u.v.m. beliebter Lebensmittel.

Der Praxisband versteht sich als Materialsammlung bzw. Fundgrube für Pädagogen, welche im Primar- und Sekundarbereich unterrichten. Die Einsatzbreite der Themen ist fächerübergreifend. Es finden sich z.B. Anregungen für den Unterricht in den Fächern Biologie, Sachunterricht, Erdkunde, Geschichte, Physik, Chemie und Hauswirtschaft.

Wenn man Zutatenlisten durchliest und sich mit Lebensmitteln beschäftigt, wird man feststellen, dass viele tradierte Irrtümer und Fehlannahmen in der Bevölkerung existieren. Manche Lebensmittel, die als ungesund kategorisiert auf dem Index stehen, sind bei näherer Analyse doch nicht so schlecht und dafür sind einige als gesund geltende Nahrungsmittel eher bedenklich bzw. nicht uneingeschränkt zu empfehlen.

Ein Glas Apfelsaft enthält z.B. ebenso viel (Frucht-) Zucker bzw. Kalorien wie ein Glas Cola. Die enthaltene Süße bzw. Säure attackiert unsere Zähne gleichermaßen. Natürlich „hinkt“ dieser Vergleich, da der Saft andererseits im Vergleich zur Cola viele lebenswichtige Inhaltsstoffe und weniger schädliche Substanzen liefert. Das Beispiel soll jedoch zeigen, dass sich genaues Hinsehen beim Einkaufen und Zubereiten von Lebensmitteln durchaus lohnen kann.

In den letzten Jahren hat die Menge an speziellen „Kinderlebensmitteln“ stark zugenommen. Eltern wird durch aufwändige Werbekampagnen suggeriert, dass sie ihre Kinder mit diesen Speisen besonders vollwertig und gesund ernähren können. Die erhältliche Palette reicht von Vitaminbonbons und Riegeln über Getränke und Brotaufstriche bis hin zu Frühstückscerealien und Fertiggerichten.

Das Problem ist, dass es keine lebensmittelrechtliche Definition des Begriffes „Kinderlebensmittel“ gibt. Warnsignale, die einen Hinweis auf enthaltene erhöhte Kohlenhydrat- oder Fettmengen geben, fehlen leider völlig. Stattdessen wird nur die beigefügte Extraportion Vitamine oder Mineralstoffe erwähnt.

Der Begriff „Kinderlebensmittel“ ist eine Schöpfung der Lebensmittelindustrie. Aus ernährungsphysiologischer Sicht brauchten wir solche Speisen nicht, da Heranwachsende bereits nach dem ersten Lebensjahr mit den „normalen“ Lebensmitteln hinreichend und ausgewogen ernährt werden können.

Wer auf eine gesunde Ernährung von Kindern (aber auch von Erwachsenen) achten möchte, sollte bei der Speisenzubereitung auf frisches Obst und Gemüse bzw. auf Vollkornprodukte zurückgreifen sowie möglichst fettarm kochen bzw. anrichten. Auch der Genuss von künstlichen Süßungsmitteln und Geschmacksverstärkern sollte begrenzt sein.

Viel Freude und neue spannende sowie hilfreiche Erkenntnisse beim Arbeiten mit den vorliegenden Kopiervorlagen wünschen Ihnen der Kohl-Verlag und

Michael Müller

Zum Autor:

Michael Müller, Jahrgang 1971, legte nach dem Abitur das Erste Staatsexamen für das Lehramt an Grund- und Hauptschulen an der Universität Koblenz-Landau ab. Es folgte das Referendariat im Saarland und nach Ablegen des Zweiten Staatsexamens eine Anstellung in den saarländischen Schuldienst.

Ein Jahr nach seiner Anstellung als Lehrer absolvierte er noch ein Erweiterungsstudium für das Lehramt an Sonderschulen, Fachrichtung Lern- und Sprachbehindertenpädagogik. Nach zwölf Jahren Unterrichtstätigkeit an einer saarländischen Förderschule unterrichtet Michael Müller mittlerweile im saarländischen Krankenhaus- und Hausunterricht.

1 Lutscher

I. Geschichtliches

Wer denn nun den Lutscher erfunden hat, ist aus heutiger Sicht gesehen nicht mehr nachvollziehbar. Manche Historiker und auch die „National Confectionary Association“ datieren die Erfindung des Lutschers bereits in die Steinzeit. Die frühen Menschen sammelten Honig wild lebender Bienenvölker mit einem Stock aus deren Bienenstöcken. Den am Holz klebenden Honig leckten sie dann direkt vom Stock ab. Somit existiert die Vorform des heutigen Lutschers schon seit Urzeiten.

Die antiken Völker der Chinesen, Ägypter und Araber kandierte Süßigkeiten aus Nüssen und Früchten mit Honig. Auf diese Weise konnten die Süßspeisen konserviert werden. Da das Naschwerk durch den Überzug aus Honig jedoch sehr klebrig wurde, spießten es die Zuckerbäcker zum leichteren Verzehr auf kleine Hölzchen.

Während des 17. Jahrhunderts waren Süßigkeiten aus gekochtem Zucker bei den Engländern eine besondere Delikatesse. Auch sie spießten die Leckerei auf Holzstäbchen. Übrigens stammt aus dieser Zeit auch der noch heute gebräuchliche Ausdruck „Lollipop“.

Im späten 18. Jahrhundert gab es in den heutigen USA eine Firma namens „Bradley Smith Company“, die Bonbons am Stiel herstellte und die sich den Namen „Lolly pop“ patentieren ließ. Durch die Wirren des amerikanischen Bürgerkrieges und die Depression im Lande musste der Betrieb die Süßwarenproduktion für mehrere Jahre einstellen und der Markenname wurde nicht mehr durch das Patentrecht geschützt. Seit dieser Zeit ist „Lollypop“ oder „Lolly“ die allgemeine Bezeichnung für Lutscher jeder Art.

Im Jahre 1905 produzierte die US-amerikanische Firma „McAvinney Candy Company“ erstmals gekochte Hartbonbons, welche mit einem Stock umgerührt wurden, in industriellem Umfang.

Die in Racine (Wisconsin/USA) ansässige „Racine Confectionary Machine Company“ entwickelte im Jahre 1908 die weltweit erste vollautomatische Produktionsanlage für Lutscher.

Perfektioniert wurde diese Art von Maschine im Jahre 1912 durch den russischen Einwanderer und Unternehmer Samuel Born.

1958 wurden erstmalig auch in Europa, genauer gesagt von dem Spanier Enric Bernat, Lutscher hergestellt. Zuerst produzierte er in seinem Betrieb Lutscher auf Metallgabeln und dann auf Holzstielen. Bedingt durch die Holzknappheit in dem südlichen Land bezog er vorübergehend die für seine tägliche Produktion nötigen drei Millionen Lutscherstiele aus Mitteleuropa, um dann später schließlich auf Plastikstiele umzusteigen. – Das Besondere an den von Bernat hergestellten Lollies war und ist bis heute, dass sie die Form einer Kugel und somit keine beim Lutschen störenden Kanten hatten. Außerdem konnten die Kinder die Lutscher nun in den Mund nehmen ohne sich zu bekleckern.



1 Lutscher

II. Nährwerte

Lutscher sind genau genommen eigentlich nur harte Bonbons auf einem Stiel aus Holz, Zellstoff oder Kunststoff. Sie bestehen zumeist bis zu 95 % aus Industriezucker und Glucose und enthalten außerdem Aromen und Farbstoffe.

Da die verwendeten Zutaten sowie Ausformungen von Hersteller zu Hersteller stark voneinander abweichen, kann man keine allgemein gültigen Nährwertinformationen geben. Allerdings ist zu beachten, dass alle Lutscher (mit Ausnahme der zuckerfreien) sehr hohe Zuckeranteile und damit viele Kalorien enthalten.

III. Artenvielfalt

Weltweit gibt es über tausend Anbieter und Hersteller von Lutschern. Die zum Herstellen der „Schleckstängel“ verwendeten Zutaten differieren je nach Land und Region sehr stark, da die Geschmäcker auf der Welt doch äußerst unterschiedlich sind.

Während Chinesen Teearomen mögen, bevorzugen Mexikaner Chili, Mitteleuropäer lieben Erdbeere mit Milchpulver und Brasilianer sind Fans von Mangostängeln.

Außer in punkto Geschmack unterscheiden sich die auf dem Weltmarkt angebotenen Lutscher auch noch in ihrer Form, denn es gibt Ausführungen in Kugelform, in ovaler Form, in flacher Form und in Übergrößen (für Jahrmärkte etc.).

Mittlerweile gibt es auch Lutscher ohne Zucker speziell für Diabetiker.

Für Hartgesottene gibt es auch ganz spezielle Varianten, in deren Inneren echte Insekten und Würmer eingegossen wurden.



IV. Gesundheitliche Aspekte

Lutscher enthalten (übrigens wie viele andere Süßwaren auch) oftmals Zitronensäure, welche als Säuerungsmittel dient. Zitronensäure kann im Haushalt ein nützlicher Helfer sein, denn die Säure wirkt kalklösend. Der Gesetzgeber schreibt vor, dass Haushaltsreiniger mit Zitronensäure auf der Verpackung mit einem Warnhinweis (Schwarzes Kreuz auf orange-farbenem Grund) gekennzeichnet sein müssen. Dieses Symbol weist drauf hin, dass das Mittel „reizend“ ist.

Wenn nun aber die gleiche „reizende“ Zitronensäure als Geschmacksverstärker in Süßigkeiten wie z.B. Lutschern enthalten ist, bedarf es keiner besonderen Kennzeichnung. Es genügt die unauffällige Bezeichnung „E 330“ in der Zutatenliste. Diese Regelung des Gesetzgebers ist sehr bedenklich, da Zitronensäure für (Kinder-)Zähne eine ernsthafte Gefahr darstellt. Hintergrund ist folgende Tatsache: Der Speichel in unserem Mundraum hat einen pH-Wert (Säurewert) zwischen 7 und 8. Bei einem zahnfreundlichen Produkt darf der pH-Wert nicht unter 5,7 sinken.

1 Lutscher

Durch den hohen Säurewert von Lutschern und ähnlichem sinkt der pH-Wert im Mund auf unter 4. Hierdurch kann die Oberfläche unserer Zähne angeätzt werden. Im Laufe der Zeit kann der Speichel den Säurewert im Mundraum neutralisieren. Allerdings setzt nun auch die Vergärung des im Lutscher in großen Mengen enthaltenen Zuckers ein. Dieser chemische Prozess führt erneut zu einer Säureproduktion und schließlich zum Entstehen von Karies.

Das Bundesinstitut für Risikobewertungen und das Verbraucherministerium des Landes Nordrhein-Westfalen haben in Untersuchungen zum Zitronensäuregehalt von Süßwaren festgestellt, dass 95 % der untersuchten Proben einen pH-Wert von weniger als 4 bzw. dass 56 % sogar nur einen pH-Wert zwischen 2 und 3 haben. Trauriger Spitzenreiter war ein Produkt mit einem pH-Wert von 1,6!

Ein weiteres Problem, welches mit dem Verzehr von Lutschern einhergeht, ist die Verweildauer der Säure im Mund. Das Lutschen von Lollies dauert mitunter ziemlich lange, d.h. dass die Mundhöhle über einen Zeitraum von mehreren Minuten permanenten Säureattacken ausgesetzt ist. Dies ist im Hinblick auf unsere Zahngesundheit äußerst bedenklich!

Folglich sollte man darauf achten, dass man nicht so oft Süßes isst und dass man nur wenig Saures bzw. Klebriges zu sich nimmt. Dies gilt besonders vor dem Schlafen gehen. – Wichtig ist in jedem Falle jedoch stets das gründliche Putzen der Zähne im Anschluss an den Verzehr von Süßigkeiten bzw. Lutschern.



V. Kurioses

- Die schweizerische Bezeichnung für einen Lutscher, also für ein Bonbon am Stiel, lautet „**Schleckstengel**“.
- Besonders hartgesottene Lutscherfans kaufen sich auch ausgefallene, durchsichtige **Lutscher, welche Würmer** wie z.B. den auf der Agave lebenden Wurm Gusano **enthalten**. Die Würmer wurden vorher mit einer Diät aus frischem Gemüse und Cornflakes gezüchtet und sind essbar.
- Als „**Lutscher**“ werden oftmals Menschen im Sinne von „Versager“ tituiert bzw. beschimpft.
- In der südenglischen Stadt Honiton erhalten Betrunkene beim Verlassen eines Lokals mittlerweile Lutscher. In der Vergangenheit litt die Stadt besonders unter nächtlicher Ruhestörung durch betrunkene Schreihälse. **Die Stadtväter erhoffen sich, dass die Angetrunkenen mit einem Lolly im Mund** nicht mehr so laut schreien werden.
- Im Jahre 2000 hat Robert McDonald aus Holland **aus 18.000 Lutscherstielen ein Schiff namens „The Seven Provinces“ nachgebaut** und somit einen Eintrag ins „Guinness Buch der Rekorde“ erreicht.. Der Mann plant unter anderem noch den Bau eines Wikingerschiffes aus einer Millionen Lutscherstielen. Mit diesem Schiff will er dann den Atlantik überqueren.

1 Lutscher

- Im US-Bundesstaat Washington sind aufgrund eines eigentümlichen Gesetzes **alle Dauerlutscher verboten**.
- Im Radsport bezeichnet man einen Fahrer, der nur auf seinen eigenen Vorteil bedacht ist und nicht für die Gemeinschaft arbeitet, als „**Lutscher**“.
- Ein besonders originelles Schimpfwort unserer neuzeitlichen (Jugendsprache) lautet: „**Du Kleinen-Kindern-den-Lutscher-Wegnehmer!**“
- „**Hoodia**“ lautet der neue Stern am Himmel der modernen Nahrungsmittelindustrie. Die Bezeichnung ist der Name einer sukkulenten, in Afrika vorkommenden Pflanze, welche die Hauptzutat eines neuartigen Diätlutschers darstellt. Angeblich reicht schon dreimal täglich Lutschen aus, um abzunehmen. Verwunderlich ist nur, dass der Diätlolly nebenbei auch noch Kornsirup, Zucker und Guarana und somit umgerechnet 28 kcal pro Stück enthält.
- Prollspruch: „Du bist so dappisch wie ein Lutscher bappisch!“
- Es gibt im Gartenfachhandel eine Blume namens „Sonnenbraut Autumn Lollipop“. Diese kuriose Blume eignet sich für den vorderen Beetrand. „Autumn Lollipop“ prahlt mit Blütenköpfen in rustikalen Gelb- und Bronzetönen mit kleinen Rüschen und Wellen am Blütengrund. Sie ist **eine sehr dekorative Schnittblume in Form eines Lollys**.
- Und hier noch etwas Amtsdeutsch:
„Der Lollystiel ist integrativer Bestandteil des Produkts Lutscher (auch Lolly genannt). Als solcher kann er begriffsnotwendig nicht zugleich Verpackungsbestandteil sein. Die Ware Lutscher zeichnet sich nach natürlichem Verständnis und allgemeinem Sprachgebrauch gerade dadurch aus, dass der zu verzehrende bzw. zu lutschende oder schleckende Karamellteil auf einem Stiel aufgebracht ist...“



Autumn Lollipop

VI. Sprüche und Witze

- Spruch: „Alle Kinder haben gute Zähne – nur nicht Olli, denn der hat'n Lolly!“
- Fritschen geht mit seiner Oma einkaufen. Da sagt die Oma: „Warte hier und sag' immer ja, wenn dich jemand fragt.“ Kommt ein Mädchen und sagt: „Willst du ein Bonbon?“ „Ja“. „Willst du einen Lutscher?“ „Ja.“ Kommt ein Boxer und sagt: „Willst du Schläge?“ „Ja.“
Am nächsten Tag geht die Oma mit Fritschen wieder einkaufen und sagt: „Sag' zu jedem, der dich etwas fragt, nein.“ Kommt ein Mädchen und fragt: „Willst du ein Bonbon?“ „Nein.“ „Willst du einen Lutscher?“ „Nein.“ Kommt der Boxer und fragt: „Hast du immer noch nicht genug?“ „Nein“.

Kaugummi, Pommes & Co

Band 4: Süße Sünden zwischendurch

3. Digitalauflage 2021

© Kohl-Verlag, Kerpen 2010
Alle Rechte vorbehalten.

Inhalt: Michael Müller
Coverbild: © fotolia.com
Illustrationen: © fotolia.com & clipart.com
Grafik & Satz: Kohl-Verlag

Bestell-Nr. P11 026

ISBN: 978-3-95513-477-8

© Kohl-Verlag, Kerpen 2021. Alle Rechte vorbehalten.

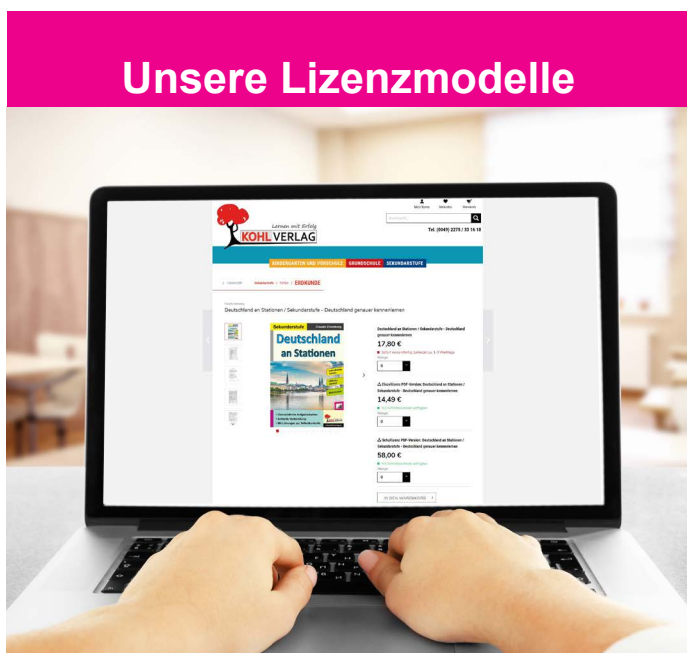
Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt und unterliegen dem deutschen Urheberrecht. Jede Nutzung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages (§ 52 a Urhg). Weder das Werk als Ganzes noch seine Teile dürfen ohne Einwilligung des Verlages an Dritte weitergeleitet, in ein Netzwerk wie Internet oder Intranet eingestellt oder öffentlich zugänglich gemacht werden. Dies gilt auch bei einer entsprechenden Nutzung in Schulen, Hochschulen, Universitäten, Seminaren und sonstigen Einrichtungen für Lehr- und Unterrichtszwecke. Der Erwerber dieses Werkes in PDF-Format ist berechtigt, das Werk als Ganzes oder in seinen Teilen für den Gebrauch und den Einsatz zur Verwendung im eigenen Unterricht wie folgt zu nutzen:

- Die einzelnen Seiten des Werkes dürfen als Arbeitsblätter oder Folien lediglich in Klassenstärke vervielfältigt werden zur Verwendung im Einsatz des selbst gehaltenen Unterrichts.
- Einzelne Arbeitsblätter dürfen Schülern für Referate zur Verfügung gestellt und im eigenen Unterricht zu Vortragszwecken verwendet werden.
- Während des eigenen Unterrichts gemeinsam mit den Schülern mit verschiedenen Medien, z.B. am Computer, Tablet via Beamer, Whiteboard o.a. das Werk in nicht veränderter PDF-Form zu zeigen bzw. zu erarbeiten.

Jeder weitere kommerzielle Gebrauch oder die Weitergabe an Dritte, auch an andere Lehrpersonen oder pädagogische Fachkräfte mit eigenem Unterrichts- bzw. Lehrauftrag ist nicht gestattet. Jede Verwertung außerhalb des eigenen Unterrichts und der Grenzen des Urheberrechts bedarf der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlages. Der Kohl-Verlag übernimmt keine Verantwortung für die Inhalte externer Links oder fremder Homepages. Jegliche Haftung für direkte oder indirekte Schäden aus Informationen dieser Quellen wird nicht übernommen.

Kohl-Verlag, Kerpen 2021

Unsere Lizenzmodelle



Der vorliegende Band ist eine PDF-Einzellizenz

Sie wollen unsere Kopiervorlagen auch digital nutzen? Kein Problem – fast das gesamte KOHL-Sortiment ist auch sofort als PDF-Download erhältlich! Wir haben verschiedene Lizenzmodelle zur Auswahl:



	Print-Version	PDF-Einzellizenz	PDF-Schullizenz	Kombipaket Print & PDF-Einzellizenz	Kombipaket Print & PDF-Schullizenz
Unbefristete Nutzung der Materialien	X	X	X	X	X
Vervielfältigung, Weitergabe und Einsatz der Materialien im eigenen Unterricht	X	X	X	X	X
Nutzung der Materialien durch alle Lehrkräfte des Kollegiums an der lizenzierten Schule			X		X
Einstellen des Materials im Intranet oder Schulserver der Institution			X		X

Die erweiterten Lizenzmodelle zu diesem Titel sind jederzeit im Online-Shop unter www.kohlverlag.de erhältlich.

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Gesunde Ernährung: Kaugummi, Pommes & Co.: Süße Sünden zwischendurch

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

