



ZUKUNFTSSPEISEN

Newsletter Dezember 2023

Kontakt:

Urte Grauwinkel, Agrarwiss.
T.0157-71196875
post@zukunftsspeisen.de

www.zukunftsspeisen.de

ZUKUNFTSSPEISEN- Aktuelles

***Vielen Dank an alle Mitstreiter,
Mitarbeiter, Studierenden, Interessenten
und Partner für die gute Zusammenarbeit
in 2023!***

Was wären wir ohne euch, eure guten Ratschläge, eure Wünsche, euren Halt? Danke, dass ihr uns unterstützt habt und das Projekt Zukunftsspeisen mit vorangebracht habt! Ein besonderer Dank geht an das Team rund um Prof. Bruno Glaser an der MLU, Prof. Guido Englich der Burg Giebichenstein, an Toni Meier, die Landwirtschaftsbetriebe, die MitarbeiterInnen Therese, Falco, Lene, Ricarda, Lara und Susanne, an die Familie, an die Studierenden, die ihre Abschlussarbeiten über Zukunftsspeisen geschrieben haben, die Böll-Stiftung und all die anderen Partner.

Eine besinnliche Weihnachtszeit und einen guten Start ins Jahr 2024!



Das Alte ist vergangen - das Neue wird anfangen!

Nach vier Jahren wurde das EIP agri-Projekt in „Superfood aus Sachsen-Anhalt“ nun abgeschlossen. Es gibt einen 130 Seiten umfassenden Abschlussbericht, der alle Ergebnisse vereint. Da ist uns erst wieder bewusst geworden, wie breit gefächert das Thema „Zukunftsspeisen“ ist. Der Bericht wird durch das Landesverwaltungsamt Sachsen-Anhalt veröffentlicht und sollte demnächst auf der EIP-Seite zu finden sein.

Und es geht weiter. Die Martin-Luther-Universität wird mit uns ein Nachfolgeprojekt in der Braunkohleregion starten. Dies soll im Frühjahr 2024 beginnen. Neu werden Exaktversuche mit Superfood- und Klimapflanzen auf dem Versuchsfeld in Merbitz und ein Foodlab in der Uni sein.

Das Jahr der Hirse 2023

„Hirse meets Mensa“- unter diesem Arbeitstitel entwickelten Studierende der Burg Giebichenstein eine Ausstellung zum Thema Hirse- Plakate zu Inhaltsstoffen, Sprüchen, Speisen und verschiedensten Hirseproben. Die Hirseausstellung wandert nun: Im September war sie in der MDR-Kantine Halle, im Oktober im Haus der Demokratie Leipzig und in der Galerie Nofke in Ratzeburg und im Dezember in der Kirow-Kantine in Leipzig zu sehen. Im Februar wird sie noch einmal in der Mensa Halle gezeigt.

Begleitet wird die Ausstellung natürlich immer mit gutem Essen aus regionaler Hirse.



Hirse und Buchweizen neu entdecken

Fragebogenaktion zu Hirse und Buchweizen

Im Rahmen der Bio-Offensive der Stiftung Ökologie und Landbau und einer Bachelorarbeit nehmen wir die Hirse und den Buchweizen noch einmal näher unter die Lupe. Wo hakt es in der Wertschöpfungskette? „Schläft“ die Hirse nur und muss man die Nachfrage nur wecken? Fehlt das Wissen über die Zubereitung? Therese geht verschiedenen Fragen in ihrer Bachelorarbeit nach. Wenn ihr sie unterstützen wollt, füllt gern diesen [Fragebogen](#) aus.

„Kochen mit regionalen Superfoods“- unser Kochbuch ist da!

Wir haben aus all den wunderbaren leckeren Rezepten ein Kochbuch gemacht mit tollen Fotos und Anleitungen!

Dies ist ein Dankeschön an alle MitstreiterInnen! Es gibt noch kleine Restbestände. Wer gern für den Preis von 20 EUR eines erwerben möchte, kann sich gern per e-mail unter post@zukunftspeisen.de bei uns melden.

Zukunftsspeisen im Norden

Auf Einladung des Kunstvereins des Herzogtums Lauenburg weilten wir zu einer Vortragsreihe vom 31.10. bis 01.11.23 in Ratzeburg. In der Volkshochschule fanden ein Koch- und ein Backkurs mit regionalem Buchweizen und Hirse statt. Im Rathaus diskutierten wir mit, wie die Ernährungswende gelingen kann. Und wir gingen auf Exkursion zur Solawi Ziehten zur Domäne Fredeburg, zum Agroforstsystem vom Gut Groß Zecher und zum Paradiesgarten. Dort wuchsen unsere Zukunftspflanzen, was uns sehr gefreut hat. Danke für die Einladung!



Foto: Christian Egelhaaf

Klimafreundlich und mit Hirse kochen

Gemeinsam mit der Heinrich-Böll-Stiftung führten wir am 12.10.23 einen Kochkurs im Waldorfkindergarten zum Thema Hirse für Köche durch. Vorher waren wir mit den Köchinnen auf dem Biohof Scholle, von dem sie seit 20 Jahren ihr Biogemüse bekommen! Ende November gab es einen Kochkurs für die BUND-Jugend Sachsen-Anhalts im Welcome-Treff Halle zum Thema „Vegan cooking“.

Fermentierte Hülsenfrüchte

Wir haben es ausprobiert: Kichererbsen, Erbsen, weiße Bohnen und Ackerbohnen wurden mit verschiedenen Fermenten versetzt und gären gelassen. Es entstanden kleine Käschen. Am nächsten Tag wurden unsere Experimente auf dem Campus verkostet. Das Ergebnis war interessant und bietet auf alle Fälle, die Möglichkeit hier weiter zu experimentieren und zu forschen. Begleitet wurden wir von einem Fernsehteam zum Thema Bohne!



ZUKUNFTSSPEISEN- Ausblick

Die Zukunftsmensa kocht wieder

Im Februar 2024 wollen wir mit Studierenden diesmal mit Hirse Zukunftsrezepte aus unserem Kochbuch kochen. Wer noch Lust hat mitzumachen, kann sich gern bei uns oder der Initiative Zukunftsmensa melden. www.zukunftsmensa.de

Es geht in die Backstube

Unsere Kichercookies werden erstmals auf der Grünen Woche verkostet. Also die solltet ihr unbedingt in der Sachsen-Anhalt-Halle probieren.

Mit der Bäckerei Essrich aus Leipzig wollen wir im Januar '24 vegane glutenfreie Backwaren aus regionalem Buchweizen und Hirse backen- wir sind gespannt, was Bäcker und Kunden sagen.

ZUKUNFTSSPEISEN-BLOG

Im Zukunftsspeisen-Blog stehen Informationen zu klimafreundlicher Landwirtschaft und Ernährung bereit.

Zukunftsspeisen-Rezepte aus den Kochkursen, Zukunftssysteme in der Landwirtschaft und Zukunftspflanzen laden zum Lesen und Ausprobieren ein. www.zukunftsspeisen.de/blog



ZUKUNFTSSPEISEN in den Medien

MDR Kultur Spezial

MDR Kultur gab Ende September 2023 ein Spezial zur Hirse vom Märchen bis zur Gegenwart- aber auch von Partnern in Sachsen, die nun auch Superfoods anbauen.

"Essen für alle- Wie wir in Zukunft satt werden" auf zdf und arte

In der Mediathek von arte unter den Reportagen Re: und beim ZDF bei plan b findet ihr den Film "Essen für alle- Wie wir in Zukunft satt werden".

ZUKUNFTSSPEISEN einkaufen!

„Jonas Schätze“ Quinoa, Kichererbsen und Hanfsaat aus der Börde findet ihr jetzt auch im online-Shop von Jonas Schulze-Niehoff unter <https://jonas-schaetze.de/>
<https://openfoodnetwork.de/jonas-schaetze/shop#/home>

Hofladen von Biogut Thiessen

auf Anfrage <https://www.thiessener-landhof.de/>

ZUKUNFTSSPEISEN-Rezept

Cremig würzige Käsealternative *nussfrei, glutenfrei, sojafrei*

5-6 Portionen.

Ihr braucht:

3 mittelgroße Kartoffeln

2 Karotten

250 g Kichererbsen, gekocht

200-300ml Wasser

35-50 ml Rapsöl

Saft von 1 Zitrone oder Apfelessig

1 TL Senf

50 g Hefeflocken

1-2 Knoblauchzehen

Salz, Pfeffer, Chili/ Cayenne,

Optional 1 EL Kartoffelstärke

ZUKUNFTSSPEISEN- Termine

19.-28.02.2024 Internationale Grüne Woche

16.01.2024 Besuch bei den Hessischen Landfrauen

20.01.2024 Winterfest Gut Etdorf

13.-16.02.2024 Biofach

20.-22.02.24 Februar „Studierende kochen für Studierende“

So geht's:

1. Kartoffeln und Karotten kochen. Geröstete Zwiebeln und Knoblauchzehe dazugeben.
2. Zusammen mit den Kichererbsen und Hefeflocken mit dem Stabmixer mixen, bis eine cremige Konsistenz entsteht. Öl und Kichererbsen- Wasser hinzufügen.
3. Mit den Gewürzen abschmecken.
4. Das Gemüse in mundgerechte Stücke vorbereiten, blanchieren und mit dem „Käse“ als Fondue genießen.

