



# ZUKUNFTSSPEISEN

## Newsletter Dezember 2022

Liebe Leserinnen und Leser,

Dieses Jahr hat gezeigt: Auch in Deutschland haben wir es zunehmend mit veränderten klimatischen Bedingungen und Dürreperioden zu tun. Das hat uns nochmal die Dringlichkeit eines Wandels im Landwirtschafts- und Ernährungssystem und damit die Brisanz von „Zukunftsspeisen“ vor Augen gehalten. Was speisen wir heute, was in Zukunft? Wie werden wir zukünftig alle satt? Fest steht, wir brauchen klimaangepasste Landwirtschaft und entsprechende Speisepläne. Das motiviert uns, den Weg weiter zu gehen, den wir eingeschlagen haben.

Auch von den Medien wurde die Relevanz erkannt und aufgegriffen. So wurden wir in diesem Jahr sowohl vom *ZDF*, als auch vom *mdr* und der *Deutschen Welle* bei unserer Arbeit begleitet.

Wir haben mit verschiedenen Partnern zusammengearbeitet: So haben wir Kochkurse an der Volkshochschule Magdeburg zu Quinoa, Kichererbsen und Buchweizen angeboten, die sehr gut angenommen wurden.

In Zusammenarbeit mit der Heinrich-Böll-Stiftung Sachsen-Anhalt haben wir die Reihe „[Was gibt's morgen](#)“ angeboten und zu verschiedenen Themenschwerpunkten (saisonal, regional, pflanzenbasiert, Lebensmittelverschwendung vermeiden) Kochkurse und Impulse gegeben. Außerdem haben wir in zwei Hallenser Schulen oder auf dem *Eurocamp* in Haldensleben Bildungsangebote zur klimaangepasster Landwirtschaft und Ernährung umgesetzt.

Ausgabe Dezember 2022

### Kontakt:

Urte Grauwinkel, Agrarwiss.: Koordination ,  
T.0157-71196875 [post@zukunftsspeisen.de](mailto:post@zukunftsspeisen.de)

Lene Frohnert, Ernährungswiss. Beratung Küchen,  
[superfood@zukunftsspeisen.de](mailto:superfood@zukunftsspeisen.de)

Falco Rösner, Ernährungswiss. BA, Koch, Kochkurse  
[superfood@zukunftsspeisen.de](mailto:superfood@zukunftsspeisen.de)

Ricarda Gold, Management nat. Ress.: Zukunftsgarten  
[garten@zukunftsspeisen.de](mailto:garten@zukunftsspeisen.de)

Natürlich ging es bei den Pflanzenkohleversuchen und in unseren Zukunftsgärten weiter voran. Im Rahmen von zahlreichen Führungen und eines Bodentages konnten wir über klimaresiliente Pflanzen und Anbaumethoden informieren. Diese Themen konnten wir auch im Zuge der Ackerbautagung in Bernburg einbringen und interessierte Landwirt\*innen erreichen.

Höhepunkte waren die Feste in der Solidarischen Landwirtschaft in Lohnsdorf und am Rittergut Etdorf, die wir mit klimafreundlicher Kulinarik begleitet haben.

Im Folgenden stellen wir euch kurz die Highlights dieses Jahres vor und wagen einen Blick ins neue Jahr 2023.

Viel Spaß beim Lesen!  
Euer Zukunftsspeisen-Team



## **Aus der ZUKUNFTSSPEISEN- Küche**

Kochen, kochen, kochen- nur durch praktische Herangehensweise lernen die Leute den Wert der neuen Kulturpflanzen zu schätzen.

Und Dank Falco haben wir den Experten im Team, der die Sprache der Köche versteht. Ob in Jugendherbergen, in der Volkshochschule Magdeburg, im Welcome-Treff, im Kindergarten, in der Saale-Schule in Halle oder bei den Landfrauen in der Altmark- überall sorgen unsere Rezepte für ein positives Feedback. **Vielen Dank für die gute Zusammenarbeit mit der Heinrich-Böll-Stiftung, dem Jugendherbergswerk Sachsen-Anhalts und der Volkshochschule Magdeburg.**

Klimafreundliche Küche interessiert auch die Jugendherbergen in Sachsen-Anhalt. Bei einem Workshop in der Jugendherberge Halle waren weitere Küchenleiter- und MitarbeiterInnen aus acht Jugendherbergen zugegen und haben diskutiert und gemeinsam gekocht. Hier geht es 2023 weiter.



Foto: Stefanie Loreck  
Als eines der ersten Studentenwerke Deutschlands nimmt das

Studentenwerk Halle mit seinen zwölf Mensen im Januar 2023 am Veganuary teil. In der vierten Januarwoche gibt es vegane Koch-Workshops an den Standorten Köthen und Halle. Ab 2023 wird es jeden Tag in jeder Mensa mindestens ein veganes Gericht geben. (PM)

## **Aus der ZUKUNFTSSPEISEN- Produktentwicklung**

Im Oktober wurde das erste regionale „Wittenberger Knuspermüsli“ im Augustinerwerk produziert. Die Flocken vom Thiessener Landhof, das Öl von der Ölmühle Moog und der Zuckerrübensirup vom Gut Edlau- bio, regional und sozial produziert. Abgepackt und etikettiert geht es in den Hofläden des Augustinerwerks über den Ladentisch.

Wurst oder Vurst? Mit Waldgourmet in Jävenitz haben wir einen Partner in der Altmark gefunden, mit dem wir Wurstrezepte auf Basis von Hülsenfrüchten ausprobieren und im neuen Jahr in Produktion gehen wollen.

Unsere **Mischungen für Kichererbsen-Bratlinge**, „Käsiger“-Soße und Frittata probieren immer mehr Küchen aus und sind angetan. Nun fehlt noch das entsprechende Label.

## **Aus Gartenbau und Landwirtschaft**



Das Erntegut von Amaranth, alten Maissorten, Hirsesorten, Kichererbsen und Weiterem soll nach der Aufarbeitung noch einmal eine

Keimprobe unterlaufen.

Dann wird es als Saatgut an Gemeinschafts- und Schulgärten gegeben, damit dort Zukunftsbeete entstehen können. So sollen Zukunftspflanzen in verschiedenen Regionen Sachsen-Anhalts einen Platz finden.

**Wer einen interessierten Schul- oder Gemeinschaftsgarten kennt oder anderweitiges Interesse hat, kann sich gern bei uns unter [garten@zukunftsspeisen.de](mailto:garten@zukunftsspeisen.de) melden.**

Nach einem sehr intensiven Jahr wird nun das Erntegut aus den Versuchen und Zukunftsgärten meist händisch aufgearbeitet, gedroschen, gewogen und alle Daten digitalisiert. Die ersten Ergebnisse konnten wir bereits bei der Ackerbautagung der Landesanstalt für Landwirtschaft und Gartenbau in Bernburg und Iden vorstellen.

## **Aus der Wissenschaft**

**Vielen Dank an die Kollegen und Studierenden von der Martin-Luther-Universität in Halle, der LLG und der Hochschule Anhalt für die Begleitung, das Interesse und die Mithilfe bei den Versuchen und im Zukunftsgarten.**

Viel Spaß und Kraft beim Schreiben der Abschlussarbeiten im Bereich Agrar- oder Ernährungswissenschaften!

Karl hat uns in diesem Jahr den Pflanzenkohle-Praxisversuch in Thiessen begleitet und schreibt seine Masterarbeit der Agrarwissenschaft über die Versuche dort. Die Daten aus den Pflanzenkohle-Versuchen von 2021 mit Hanf und 2022 mit Kichererbsen in Born, Westheide werden derzeit von Laurens ausgewertet. Weitere Abschlussarbeiten laufen noch zu den Themen Agroforst in Etdorf, Leguminosenanbau, Hirseanbau und Reisanbau in Deutschland und zu Waldgartensystemen.

Falco (MA Ern.Wiss.) ist im Labor und testet den Einfluss der Pflanzenkohle auf die Inhaltsstoffe des Hanfs aus den Versuchen im Jahr 2021. Dabei hat er bereits die Fettsäuremuster bestimmt und wird sich nun an den THC-Gehalt wagen. Julia (MA Ern. Wiss.) prüft die Möglichkeit einer besseren Verdaulichkeit von Hülsenfrüchten durch die Fermentation. Ziel sind leckere Aufschnittvarianten aus Kichererbsen, Ackerbohnen und Erbsen. Hannah (BA Ern.Wiss.) möchte das Angebot der Jugendherberge Halle mit Bilanzierungen begleiten und herausfinden, ob man durch den Einsatz von regionalen Hülsenfrüchten die Klimabilanz auf dem Frühstücksbüfett verbessern kann.

## **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>

## **Aus den Medien**

### **Neue Pflanzen gegen die Dürre**

Einen Eindruck über den letzten Sommer hat das Team von der Deutschen Welle eingefangen. Sie waren mit auf dem Quinoaafeld bei Jonas Schulze Niehoff und in der Westheide. Dort begleiteten sie unsere Kichererbsen-Ernte bei hochsommerlichen Temperaturen.

### **Planetare Diät- Wie sollen wir essen, dass alle gesund satt werden können.**

Im Blog und auf unseren Social-Media-Kanälen stehen interessante Informationen zu klimafreundlicher Landwirtschaft und Ernährung bereit.

Zukunftsspeisen-Rezepte, Zukunftssysteme in der Landwirtschaft und Zukunftspflanzen laden zum Lesen und Ausprobieren ein. Warum es sich dabei um Klimapflanzen handelt und was es für leckere Rezepte gibt, erfahrt ihr auf unserem Blog.

Wir haben euch die Grundelemente einer planetaren Ernährung praktisch aufbereitet.

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

Für alle, die es noch nicht gesehen haben- 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". Ein Kamerateam begleitete uns bei der Arbeit und gibt Einblicke in die Vielfalt des Projektes.

### **MDR Spezial bei MDR Wissen**

Wir waren im Studio vom MDR im Gespräch.. MDR Kultur hat uns in Quedlinburg beim Kochkurs begleitet und war mit Jonas auf dem Feld. Zu hören, Worum es uns dort ging, hört ihr im MDR Spezial von MDR Kultur, das in der mediathek von MDR Wissen zu finden.

## **ZUKUNFTSSPEISEN -Rezept**

Ihr sucht noch nach einer herzhaften Beilage für euer Silvestermenü? Dann probiert doch mal unsere Buchweizen-Bratlinge.

### **Vegane Buchweizen-Bratlinge (ca. 12 Stck.)**

300 g Buchweizen, 1 l Wasser, 2 Schalotten, 3 Knoblauchzehen, 60 g Walnüsse, 30 g Kichererbsenmehl, 1 EL Hefeflocken, 1,5 EL Paprikapulver, 1,5 TL Salz jodiert, Rapsöl zum Anbraten, optional: Pilze

1. Buchweizen kochen.
2. Schalotten, Knoblauch fein sowie Walnüsse grob hacken,
3. Ca. 1/3 des gekochten Buchweizens, die gehackten Schalotten sowie Knoblauch und Gewürze (opt. Pilze) mithilfe der Küchenmaschine zerkleinern.
4. Masse mit den übrigen gekochten Buchweizenkörnern und den gehackten Walnüssen vermengen.
5. Bratlinge formen und in Kichererbsenmehl wälzen.
6. Bei mittlerer Hitze in etwa 1 Esslöffel Rapsöl pro Bratling von beiden Seiten goldbraun anbraten.
7. Tipp: Fügt den Bratlingen noch klein geschnittene Pilze hinzu. Das macht sie noch herzhafter.

Fertig sind die herzhaft leckeren Buchweizenbratlinge. Dazu könnt ihr traditionell Rotkohl und Kartoffeln reichen.



Buchweizen-Bratlinge

**Guten Appetit!**

## **Termine**

**9.1.2023, 19.30 Uhr MDR-Fakt**

**15.1.2023 Wintermarkt Rittergut Etzdorf**

**24.1.2023, 15 Uhr Veganer Kochkurs  
Studentenwerk Halle in der Weinbergmensa,  
W.-Langenbeck-Str. 3**

**26.1.2023, 17 Uhr Veganer Kochkurs  
Studentenwerk Halle, Mensa Köthen  
Fasanerieallee 1a**

**26.1.2023, 15 Uhr Veganer Kochkurs  
Studentenwerk Halle in der Weinbergmensa,  
W.-Langenbeck-Str. 3**

**20.-29.1.2023 Internationale Grüne Woche  
Berlin**

**2.2.2023, 15 -19 Uhr Bioabendmarkt Halle,  
Hallmarkt**

**14.2. -17.2.2023 Biofach-Messe Nürnberg**

**2.3.2023, 15 bis 19 Uhr Bioabendmarkt Halle**

**7.3.2023 Quinoa-Kochkurs Volkshochschule  
Magdeburg**

**2.4.2023 BioOst-Messe Leipzig**

**6.4.2023, 15 - 19 Uhr Bioabendmarkt Halle**

**4.5.2023, 15 - 19 Uhr Bioabendmarkt Halle**

**14. und 15.6.2023 Ökofeldtage in Ditzingen,  
Baden-Württemberg**

**Einen guten Start ins neue Jahr 2023**

wünscht Euer Zukunftsspeisen-Team