

# LandFrauenaktion „Kochen mit Kindern“ in Bennigsen

Der LandFrauenverein Springe präsentierte sich als Hingucker auf dem Altdorffest in Bennigsen 2014. Die Kreativgruppe hatte herbstliche Kreationen aus Naturmaterialien gestaltet, die in der Natur zu finden waren. Jeder Herbstkranz war ein Unikat. Vor Ort wurden frische Sträuße mit Zinnien, Astern und Dahlien und Hortensien gebunden und alles fand reißenden Absatz. So konnten aus dem Erlös 500 € für die LandFrauenaktion „Kochen mit Kindern“ gespendet werden. Jetzt wurde endlich der passende Termin gefunden (**ortsgebunden in Bennigsen so der Wunsch der damaligen Arbeitsbienen**). Annette Sustrath und Ulrike Lühmann aus Völksen waren an drei Vormittagen in der Grundschule Bennigsen bei den 4. Klassen zu Gast. "Kochen mit Kindern" ist seit 2005 ein Erfolgsprojekt der LandFrauen an dem mittlerweile schon über 170.000 Kinder teilgenommen haben. Die Aktionstage umfassen etwa 4 bis 5 Unterrichtsstunden und werden von qualifizierten LandFrauen durchgeführt. Spielerisch erfahren die Kinder was die regionalen Lebensmittel so besonders macht und wie diese erzeugt und verarbeitet werden. Wertschätzung für unsere Lebensmittel und der Spaß am Kochen soll vermittelt werden aus frischen Lebensmitteln ein leckeres und gesundes Essen zu bereiten.. Zu allen Themen haben die LandFrauen ein passendes Rezeptheft herausgebracht, nach dem die Kinder die Mahlzeiten zu Hause nachkochen können

"Kartoffeln - Gerichte mit der tollen Knolle“ war das Thema in Bennigsen. Wie wachsen die Kartoffeln: Keimung, Pflanzung mit der Kartoffellegemaschine, Wachstum, Knollenbildung, Blüte in violett oder weiß, Ernte und Verzehr. Geriebene Kartoffeln im Glas setzten sich als Stärke ab. Es wurde mit Feuereifer geschält und geschnippelt. Manche waren schon echte Perfektionisten. Tom hat sogar auf seine Frühstückspause verzichtet, um die Kartoffeln beim Kochen zu beaufsichtigen. Dann war es soweit: Am schön gedeckten Tisch das Genießen der selbsthergestellten Gerichte. Sustrath und Lühmann kredenzt Kartoffelsuppe, Kartoffelbrei, Kartoffelauflauf (natürlich auch vegetarisch!) und Ofenkartoffeln mit verschiedenen Dips. Gemeinsam begann das Mittagmahl. Als Gast kann ich sagen, es war köstlich und hat allen Spaß gemacht. Zuhause wurde bald erlerntes nachgekocht. Die Kosten betragen pro Kind 3 Euro für die Lebensmittelumlage sowie einem passenden Rezeptheft. Zusätzlich sind 37,50 Euro pro Klasse zu zahlen

LandFrauen können eben mehr als Kuchen backen. Danke an das engagierte Team der LandFrauen von „Kochen mit Kindern“, und besonders an Annette Sustrath und Ulrike Lühmann.

Wer Lust hat an unseren Veranstaltungen teilzunehmen findet nähere Informationen auf unserer Homepage [www.kreislandfrauen-springe.de](http://www.kreislandfrauen-springe.de) und in der örtlichen Presse.

