

## Gruppenstunde

### Faszination Outdoor-Küche

Handlungsorientiertes Lernen mit und ums Kochen im Freien

Eine Anleitung für JugendgruppenleiterInnen der KLJB Eichstätt

(Zusammen mit dieser Anleitung erhaltet ihr das 62-seitige Booklet „Faszination Outdoorküche“. Dieses ist nicht zu erwerben. Mittlerweile ist im ZIEL-Verlag ein gleichnamiges Buch mit 208 Seiten und 32 Rezeptkarten erschienen)

#### Worum geht ´s?

In dieser Gruppenstunde möchten wir das Thema Kochen und Ernährung mit Euch zusammen mal von einer ganz anderen Seite angehen:

Raus aus der Küche zu Hause – Weg von Packerlsuppe und Dosenöffner – Am Lagerfeuer geht mehr als Würstelgrillen – Improvisieren und eigene Erfahrungen sammeln beim Experimentieren mit alternativen Techniken - ....

Essen und Trinken ist mehr, als menschliche Grundbedürfnisse zu befriedigen. Die Art und Weise was wir essen und wie wir es essen und zubereiten, ist zutiefst mit unserer eigenen Kultur / Religion verwurzelt.

Im alltäglichen Leben sind die Sinne oft nicht mehr in der Lage, eigene Bedürfnisse oder Besonderheiten wahrzunehmen. Setzen wir jedoch scheinbar bekanntes (das Kochen) in eine ungewohnte Umgebung (ins Freie an ein Feuer) sind unsere Sinne wieder wach und scharf. Wir sind in der Lage, Dinge besser wahrzunehmen und zu lernen.



## Wie groß sollte unsere Gruppe sein?

Um euch gegenseitig gut unterstützen zu können solltet ihr mind. 4 TeilnehmerInnen sein. Als Obergrenze möchten wir euch empfehlen, die Gruppenstunde mit maximal 20 Personen durchzuführen. Wenn ihr zu viele Personen seid, lauft ihr Gefahr, dass sich Einzelne langweilen und ihr habt mögliche Gefahrenquellen (Feuer, Messer, Axt, ...) nicht mehr ausreichend im Blick.

## Wie lang dauert´s?

Für diese Gruppenstunde müsst ihr 2 Stunden einkalkulieren.

Idealerweise habt ihr davor noch 30 Minuten, um sie vorzubereiten und im Anschluss nochmal 30 Minuten, um gemeinsam aufzuräumen.

## Wo könnt ihr diese Gruppenstunde durchführen?

Idealerweise habt ihr irgendwo eine Wiese auf der ihr ein Lagerfeuer entzünden könnt. Falls es diese Möglichkeit bei euch nicht gibt, könnt ihr vielleicht eine oder zwei Feuerpfannen im Pfarrhof aufstellen. Den Aspekt des „outdoor“ und die damit verbundenen Lernerfahrungen könnt ihr umso stärker betonen, je weiter ihr den Kochplatz von Gebäuden weg wählt. Kocht ihr direkt vor einem Gebäude, habt ihr immer noch die Wahl ob ihr dieses nutzen wollt, oder für die Dauer der Gruppenstunde schließt.

**Was braucht ihr dafür?**

Hier findet ihr eine detaillierte Materialliste zum Abhaken und Verteilen der Aufgaben.

<input checked="" type="checkbox"/>	Material	Wer kümmert sich drum?
	Möglichst trockenes Feuerholz	
	4 alte (Taschen)Messer	
	4 Magnesium-Feuerstarter	
	1 Axt	
	2 Feuerpfannen (falls ihr keine Feuerstelle habt)	
	Arbeitshandschuhe, um heiße Pfannen etc. aus der Glut zu holen	
	Klappspaten oder Schaufel, um Glut zu verteilen	
	3 oder 4 Stück 10-Liter-Blechdosen	
	steifer Draht	
	Alufolie	
	Paketschnur oder Blumendraht	
	Kneifzange	
	Räuchermehl	
	6 frische Forellen	
	Mozarella oder Haloumi	
	2 alte Pfannen	
	1 Schüssel	
	Zutaten für schnelles Fladenbrot	
	Eimer für „Löschwasser“	
	Erste-Hilfe-Päckchen für evtl. Schnittwunden	
	OGewinnt – Methodenkoffer Faszination Outdoor-Küche	
	Booklet „Faszination Outdoor-Küche“	
	1 große Flasche Saft (mind 1 Liter)	
	2 Meter Paketschnur pro TeilnehmerIn	
	1 Plastikbecher pro TeilnehmerIn	

**Zeitlicher Ablauf:**

Vor der Gruppenstunde:

Vorbereiten einer Feuerstelle **30 Minuten**  
Aufbau der Materialien

Gruppenstunde:

Begrüßung und Einleitung in die Gruppenstunde 05 Minuten

4 Kleingruppen: Feuermachen mit Magnesiumstarter 15 Minuten

Parallel: 20 Minuten

Räucherboxen basteln

Feuerstelle anlegen

Fische räuchern, Käse räuchern, Brote backen 60 Minuten

Abschlussübung „Auf einen Drink“ 20 Minuten

Wir brechen das Brot – Das nehme ich mit 10 Minuten  
hierfür müsst ihr eines eurer gebackenen Brot aufheben

**Gesamtdauer 130 Minuten**

Nach der Gruppenstunde:

Gemeinsames Aufräumen **30 Minuten**

## Beschreibung der einzelnen Bausteine:

### 4 Kleingruppen: Feuermachen mit Magnesiumstarter

Jede der 4 Gruppen erhält einen Magnesiumstarter, ein altes (Taschen)Messer, Watte und ein paar trockene Holzspäne. Sie sollen mit diesen Hilfsmitteln 4 kleine, transportable Feuer entfachen. Sobald alle Feuer brennen, werden sie zusammengetragen und das gemeinsame Kochfeuer wird damit entzündet.

Mögliche Metapher = „Feuer und Flamme für unsere Gruppenstunde!“

Mit dem Magnesium-Feuerstarter entzündet ihr ein Feuer, indem ihr zuerst mit der Messerschneider feine Späne vom Magnesium-Block schabt. Diese Späne legt ihr nun mit Wolle und feinen Holzspänen auf ein kleines Häufchen zusammen. Legt euch außerdem genügend Brennmaterial zur Seite, um die erste Flamme „nähren“ zu können.

Jetzt verwendet ihr den Feuerstein des Magnesiumstarters. Wieder mit der Schneide des Messers, werft ihr einen Funken in euer Feuernest.

Bei dieser Art des Feuermachens geht es weniger um eine „Survivaltechnik“, als vielmehr um ein Ritual, das den Wert des Feuers für die Menschen verdeutlichen soll.

Viel Erfolg!



### Basteln der Räucherboxen

Diese Anleitung findet ihr im Booklet auf Seite 18 / 19.

### Anlegen der Feuerstelle

Falls ihr die Möglichkeit habt, eine Feuerstelle auf der Wiese anzulegen, stecht ihr am besten zuvor die Grasnarbe aus, legt sie an einen schattigen Platz und wässert sie ordentlich. Wenn ihr dabei vorsichtig vorgeht, könnt ihr die Feuerstelle nach dem Löschen wieder mit der Grasnarbe bedecken und sie wächst wieder an.

Zum Kochen eignet sich eine längliche Form der Feuerstelle besonders. So könnt ihr in einem Teil ein ständiges kleines Flammenfeuer unterhalten (sorgt für Licht und liefert Nachschub für die Glut) und habt den anderen Teil für die Kochstelle zur Verfügung.

Als Feuerart eignet sich ein kleines Altarfeuer (die beiden Auflager und max. 2 Lagen dünne Holzscheite) besonders.

Achtet sorgfältig auf die Auswahl des richtigen Bodens (kein Torf!), auf ausreichenden Abstand zu allen brennbaren Gegenständen (Funkenflug!) und stellt einen Eimer mit Löschwasser bereit.

### Fische räuchern

Diese Technik entnehmt ihr bitte dem Booklet Seite 38 / 39.

Wer die Fische aus ästhetischen Gründen lieber nicht auf den Draht auffädeln möchte, kann auch den Draht gut spannen und die Fische an einer Schlinge aus Paketschnur aufhängen.

Achtet darauf, dass die Glut, auf die ihr die Dosen stellt nicht zu heiß ist (hier stimmen unsere Erfahrungen nicht mehr mit der ursprünglichen Empfehlungen im Booklet überein). Lieber räuchert ihr ein paar Minuten länger bei kühlerem Rauch, als dass der Fisch zu dunkel wird.



### Käse räuchern

Die Anleitung findet ihr im Booklet auf Seite 40 / 41.

Vgl. hierzu auch die Empfehlung der geringeren Gluthitze bei „Fische räuchern“.



### Brot backen

In Anbetracht der kurzen Zeit, die zur Verfügung steht, empfehlen wir euch ein schnelles Fladenbrot, das ihr in der Pfanne zubereiten könnt. Evtl. könnt ihr die Pfanne in einen behelfsmäßigen Ofen umwandeln, indem ihr einen tiefen Blechteller verkehrtherum über das Fladenbrot stülpt. Achtet dabei darauf, dass der Tellerrand nicht komplett in der Pfanne aufliegt, damit die Feuchtigkeit im „Ofen“ entweichen kann.

Zutaten für schnelles Fladenbrot

- 500 g Mehl
- 1 Würfel Frischhefe oder 2 Packungen Trockenhefe
- 1 ½ TL Honig
- 1 TL Salz
- 2 TL zerkleinerte Rosmarinnadeln
- 2 TL grobes Meersalz
- 1 TL Kümmel
- 350 ml warmes Wasser
- 3 TL Olivenöl

Das Mehl in eine Schüssel geben und in der Mitte eine Mulde formen. Die Hefe mit dem Honig und einem Teil des Wassers vermengen und in die Mulde gießen. Von der Mitte her Mehl in die Hefemischung einrühren, bis ein Vorteig entsteht.

Diesen kurz zugedeckt ruhen lassen, bis sich Bläschen an der Oberfläche bilden. Dann 1 TL Rosmarin und 1 TL Salz und das restliche Wasser hinzufügen und alles zu einem festen Teig vermengen. Diesen Teig noch einmal 30 Minuten gehen lassen. Anschließend den Teig ausrollen und mit einer Gabel viele kleine Löcher in die Oberseite stechen.

Das Olivenöl auf der Oberseite verteilen und die restlichen Rosmarinnadeln, den Kümmel und das Meersalz darauf streuen. Die Backzeit liegt bei ca. 15 Minuten.

(Diese Anleitung ist dem Buch „Faszination Outdoor-Küche“, 2008 erschienen im ZIEL-Verlag, entnommen.)

Eine alternative zum Fladenbrot findet ihr im Booklet auf Seite 36 / 37 „Bannock“.

### Abschlussübung „Auf einen Drink“

Um die Gruppe nach der Kleingruppenarbeit, dem Experimentieren und Probieren noch einmal zusammen zu bringen, steht am Ende der Gruppenstunde noch eine gemeinsame Teamübung auf dem Programm.

Dafür braucht ihr eine ebene Fläche im Freien. Auf dem Boden wird ein Kreis aus Plastikbechern aufgestellt. Für jede Teilnehmerin und für jeden Teilnehmer steht ein Becher im Kreis. In der Mitte des Kreises steht eine große Flasche Saft.



Die TeilnehmerInnen werden gebeten, sich außerhalb des Kreises hinter einem Becher aufzustellen. Dort erhält jedeR eine Paketschnur mit 2m-Länge.

Die Gruppe soll nun die Seilenden so an der Flasche befestigen, dass sie den Saft gleichmäßig auf die Becher verteilen können, ohne die Flasche zu berühren und den Platz hinter dem Glas zu verlassen. Alle halten jeweils ein Schnurende in der Hand.

### Wir brechen das Brot – Das nehme ich mit

Für die Abschlussreflexion der Gruppenstunde setzen sich alle TeilnehmerInnen noch einmal in einem Kreis (auf dem Boden) zusammen. In der Mitte brennt noch das Feuer oder es liegen dort verschiedene Gegenstände, die den Verlauf der Gruppenstunde repräsentieren.

Nun werden alle gebeten, sich nacheinander ein Stück vom Brot abzubrechen und in einigen, kurzen Sätzen der Gruppe mitzuteilen, was sie aus der heutigen Gruppenstunde mitnehmen. Die Aussagen der TeilnehmerInnen sollen dabei nicht kommentiert oder diskutiert werden.

Weitere Metaphern oder Reflexionen findet ihr auch im Werkbrief „BrotZeit“ der KLJB Bayern.

März 2010

Dieses Handout wurde erstellt von:

Markus Hönig  
Outdoor in Movement international (OiMi) e.V.



im Auftrag des

Diözesanvorstand der KLJB Eichstätt

