

Deine GRÜNFINDER-Idee für den Tag



„Möhren – Einmaleins“

Fast jeder beißt gerne in eine leckere, knackige Möhre - vor allen Dingen, wenn sie so wunderbar süß schmeckt.

Bevor ich Dir jetzt ein paar Anregungen gebe, was man mit Möhren alles machen kann, möchte ich Dir noch kurz etwas Interessantes über sie erzählen.

Neben den „Kultur-Möhren“, die Du beim Gemüsehändler oder auf dem Markt kaufen kannst, gibt es auch die „Wilde Möhre“. Sie wächst im Sommer auf trockenen Wiesen oder an Wegrändern. Sie hat eine große weiße Doldenblüte, die aus ganz vielen kleinen Blüten zusammengesetzt ist. In der Mitte einer solchen Doldenblüte befindet sich eine einzige dunkle Blüte, die sogenannte Mohrenblüte. Von ihr kommt übrigens auch der Name „Möhre“. Weil sie so gut zwischen den weißen Blüten sichtbar ist, kann sie prima Insekten wie Käfer und Fliegen anlocken. Diese finden hier Nahrung und bestäuben gleichzeitig die Pflanze. Nachdem die „Wilde Möhre“ ausgeblüht hat und Samen bildet, zieht sich die Blüte wie ein Vogelnest zusammen. Daran kannst Du sie dann auch gut erkennen.



Die Wilde Möhre hat auch eine Wurzel. Die sieht allerdings nicht aus wie eine Möhre. Sie ist dünner, kleiner und weißlich. Diese Wurzeln haben die Menschen früher gegessen als es unsere Möhren, wie wir sie kennen, noch nicht gab. Diese sind erst aus verschiedenen Züchtungen der „Wilden Möhre“ entstanden. Ohne die „Wilde Möhre“ gäbe es also unsere leckeren großen orangen Möhren gar nicht!

Jetzt möchte ich Dir aber, wie versprochen, ein paar Spiele und Experimente verraten, die Du mit Möhren durchführen kannst.

1. Du hast sicher schon einmal gesehen, dass eine Möhre aus verschiedenen Schichten aufgebaut ist. Außen hat sie eine dünne Haut, die du abschälst, bevor Du eine Möhre isst. Dann folgt nach innen die orange Rindenschicht, dann die hellere Wachstumsschicht und ganz innen die Markschicht (das kannst du auf dem Bild gut erkennen, musst Du Dir aber nicht merken☺).



Bei der ersten Aktion darfst Du „Hase spielen“ und die Möhre Schicht für Schicht ganz vorsichtig von außen nach innen abnagen. Schaffst Du es, Dich bis zur Markschicht vor zu knabbern, ohne dass die Möhre dabei zerbricht? Welche Schicht schmeckt Dir am besten?

2. Das nächste Spiel heißt „Nagerätsel“.

In diesem Spiel geht es darum, aus Möhren einen Gegenstand heraus zu nagen, den die anderen nachher erraten müssen (das ist gar nicht so einfach, aber probiere es einfach `mal aus ☺) Wenn Du mit Deinen Eltern und Geschwistern spielst, bekommt jeder von Euch eine Möhre und versucht daraus einen Gegenstand zu knabbern. Dann werden die „Möhrenkunstwerke“ auf den Tisch gelegt. Anschließend darf der Reihe nach jeder so lange Fragen nach einem Gegenstand stellen, bis mit „Nein“ geantwortet wird. Hierbei ist es von Vorteil, wenn Du nicht direkt nach dem Gegenstand fragst, wie z.B. „Ist das ein Flugzeug“ sondern Du Dich langsam vortastest mit Fragen wie „Ist der Gegenstand hart?“ „Ist er weich?“ „Ist das Ding lebendig?“Wer von Euch ist der beste Rätselmeister?



3. Als nächstes möchte ich Dir ein Experiment vorstellen, in dem es um den orangen Farbstoff in der Möhre geht.

Dazu brauchst Du:

- 1 Karotte
- Küchenreibe
- Marmeladenglas mit Deckel
- Wasser
- farbloses Öl



Zunächst raspelst Du die Möhre fein und gibst sie in ein Marmeladenglas.

Dann füllst Du so viel Wasser ein, dass die Möhrenraspeln bedeckt sind. Anschließend gibst Du ca. 20 ml Öl hinzu, schließt den Deckel und schüttelst alles gut durch.

Was kannst Du jetzt beobachten?

Das Öl bildet sofort über dem Wasser eine Schicht und färbt sich nach mehrmaligem Schütteln gelb-orange. Diese Farbe stammt von einem Inhaltsstoff der Möhre, dem Karotin. (davon leitet sich auch der Name Karotte ab☺). Das Karotin ist ein wichtiger Bestandteil von einem Vitamin, das Dein Körper braucht, damit Du gut sehen kannst. Es heißt Vitamin A. Das Experiment zeigt Dir, dass sich das Karotin in Öl löst. Damit das gesunde Karotin gut in Deinem Körper aufgenommen wird, solltest Du Möhren daher immer gemeinsam mit etwas Fett (z.B. Butter) essen.

4. Zum Abschluss gibt es von mir noch ein leckeres „Möhrchen-Rezept“ für Dich:

„Butterbrot mit Karottenblümchen“

Zutaten:

1 knackige Möhre

1 Scheibe Kornbrot

Butter

Salz

Schnittlauch

kleine Blümchenausstechform

Schneidbrett

Messer

„Fleischklopfer“ o.ä.



Karotte in dünne Scheiben schneiden und mit der Ausstechform Blümchen ausstechen. Wenn die Möhre zu hart sein sollte, kannst Du auch einen Fleischklopfer nehmen, um die Ausstechform in die Möhrenscheibe zu klopfen. Die Möhrenblümchen auf ein Butterbrot legen, salzen und mit Schnittlauch bestreuen. Fertig ☺

Viel Spaß beim Knabbern, Spielen und Genießen

wünscht Dir Deine GRÜNFINDERin Antje