

Insekten essen – Lecker? Spannend? Gesund?

Speiseinsekten sind für mehr als zwei Milliarden Menschen weltweit eine wichtige Nährstoffquelle. Sie punkten mit hohen Eiweißgehalten und einer umweltfreundlicheren Herstellung als Fleisch und Fleischprodukte.

Im Workshop schlüpfen Sie in die Rolle der Schülerinnen und Schüler und erproben das umfangreiche neue Material der Verbraucherzentrale. Sie lernen Insekten und insektenhaltige Lebensmittel als Alternative zu herkömmlichen tierischen eiweißreichen Lebensmitteln kennen. Dazu nehmen Sie Nährwerte, allergisches Potenzial und Hygieneaspekte von Insektenspeisen in den Blick. Auch die Umwelteigenschaften wie Ressourcenverbrauch und Klimawirkung werden im Vergleich zu anderen Lebensmitteln thematisiert.

Ausreichend Zeit für einen Austausch und eigene Umsetzungsstrategien ist eingeplant!

Was erwartet Sie?

- Einführung
- Stationen
 - ☞ Insektenquiz – Faktencheck
 - ☞ Umweltbilanz
 - ☞ Speiseinsekten im Vergleich zu anderen Eiweißlieferanten
 - ☞ Deckung des Eiweißbedarfes
 - ☞ Lebensmittelkennzeichnung
- Austausch & Feedback



Bildquelle: Verbraucherzentrale Niedersachsen

Termin: Dienstag, 11.11.2025, 15:00 bis 18:00 Uhr

Anmeldung: bis 28.10.2025 per Mail an marques@ostfriesischelandschaft.de

Ort: Oberschule Bunde, Lehrküche, Ahornstraße 2, 26831 Bunde

Referentin: Sandy Kanzenbach, Regionalfachberaterin Ernährung, Verbraucherzentrale Niedersachsen e. V.

Kosten: Die Bildungsregion Ostfriesland finanziert die Veranstaltung, daher fallen für Sie keine Kosten an.

Zielgruppe: Lehrkräfte, z. B. der Fachbereiche Ernährung & Hauswirtschaft, Profil Gesundheit und Soziales, und weitere Interessierte

Veranstalter: RPZ–Arbeitskreis Ernährungs- und Verbraucherbildung und Bildungsregion Ostfriesland, Fischteichweg 16, 26603 Aurich

Ansprechpartnerinnen: Gerda Mülder & Dörte Wegmann-Wardenbach
muelder@ostfriesischelandschaft.de