

Name:	Klasse:	Datum:	Haushalt und Ernährung	Blattnr.:
-------	---------	--------	------------------------	-----------

Wir bereiten einen „nachhaltigen“ Smoothie zu! Welche Zutaten wählen wir?

Menge	Zutat	Zubereitung
200g	Beeren	2-3 min. pürrieren, in Gläser à ca. 200ml füllen
300 ml	Milch	
1	Banane	
2 EL	Mandelmus	
150 g	Orangensaft	
1 EL	Honig	
n. B.	Minzblätter	zum Garnieren

Zu gut für die Tonne!

Ein Smoothie ist eine ideale Möglichkeit, um Obst und Gemüsereste zu verwerten.

Was bedeutet „nachhaltig“?

Nachhaltigkeit bedeutet, mit unserer Umwelt und den Ressourcen unserer Erde verantwortungsvoll umzugehen, so dass auch nachfolgende Generationen gleich gute Lebensbedingungen vorfinden.

Wir wählen:

- saisonale Produkte z.B. Beeren im Oktober
- regionale Produkte z.B. Milch aus Bayern
 - sparen CO₂ durch kurze Transportwege
 - keine lange Lagerung notwendig (spart Energie)
- fair gehandelte Produkte z.B. Bananen mit Fair-Trade-Siegel
 - gerechte Löhne
 - gute Arbeitsbedingungen
- biologische Produkte z.B. Mandelmus mit Biosiegel
 - kein Einsatz von Pestiziden
 - keine Gentechnik
- Mehrwegverpackungen z.B. Saft aus Glasflaschen
 - wiederverwertbar → geringerer CO₂- und Energieaufwand
 - ressourcenschonend