

Inhalt

	<u>Seite</u>
Vorwort	4
1. Die Geschichte der Nudel	5 - 7
Wer „erfand“ die Nudel?	5
Das Nudelspiel – Italien gegen China	6
2. Woraus besteht eine Nudel?	9 - 13
Woraus werden Nudeln hergestellt?	9
Nudeln aus Weizen – Das Weizenkorn	10
Wie wird aus dem Weizenkorn Mehl oder Grieß?	10
Nudeln und Vollkornnudeln	10
Korn mahlen – früher und heute	11
Quiz – kennst du dich aus?	12
So entstehen Nudelteig und Nudel	13
3. Die Nudel erobert die Welt	14 - 17
So viele Nudelsorten ...	14
Nudeln aus Fernost & Bunte Eiernudelpfanne	16
Instant-Nudelgerichte	17
4. Spiele, Rätsel und Versuche rund um die Nudel	18 - 27
Nudel-ABC & Nudelwörter	18
Nudelelfchen	19
Nudelrätsel	20
Nudelsudoku	22
Nudelmandala	23
Versuche mit Nudeln: Nudeltanz & Gewichtszunahme	24
Stärkenachweis – Was steckt in der Nudel?	25
Der Nudelkönig	26
Ein Nudelmärchen – Das kleine Mädchen, das nur Nudeln aß	27
5. Basteln mit Nudeln	28 - 32
Nudeln zum Basteln färben & Nudelsträuße	28
Nudelketten & Nudelbilder	29
Schleifennudel – Schmetterlinge & Schmetterlinge im Blumentopf	30
Nudelengel & Mit Buchstabennudeln Namen schreiben	31
Der Nudelturm & Spaghetti-Würstchen-Spinnen	32
6. Rezepte rund um die Nudel	33 - 37
Grundrezept Nudelteig ohne Ei	33
Nudeln richtig kochen & Spätzle oder Knöpfle	34
Farfalle selber machen (Nudelteig mit Ei)	35
Gratinierte Nudeln mit Tomatensoße & Nudelsalat	36
Bolognese Soße & Die älteste Nudelfabrik	37



Vorwort

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

Ich kenne sehr viele Kinder, aber keines, das keine Nudeln mag. Doch Nudeln wachsen nicht auf Bäumen. Wie entsteht also die Nudel? Wo kommt sie her?

Welche Nudeln gibt es? Wie entstehen rote, grüne, schwarze Nudeln? Wie kommen die Nudeln zu ihren besonderen Formen?

Die Nudelproduktion in der Fabrik wird betrachtet, aber natürlich wird auch die eigene Nudelherstellung ausprobiert.

Basteln mit Lebensmitteln ist zwar nicht so sinnvoll, trotzdem können die Kinder Nudelengel, Spaghettitürme, Nudelsträuße und auch Buchstabenbilder herstellen. Eine Auswahl der verschiedensten Nudelsorten macht die Sache anschaulich, jeder kann eigene Nudeln beisteuern.



Und natürlich sind Nudeln in erster Linie zum Essen da. So gibt es auch noch einige Rezepte, die mit genauen Anleitungen versehen sind. Die meisten Kinder lieben es, in der Küche zu werken und anschließend etwas „Selbstgekochtes“ zu essen. Nebenbei erfahren sie allerhand Interessantes über die Teigwaren.

Viel Spaß mit den folgenden Seiten wünschen der Kohl-Verlag und

Gabriela Rosenwald

Bedeutung der Symbole:



Einzelarbeit

EA



Partnerarbeit

PA



Schreibe in dein Heft/
in deinen Ordner



Arbeiten mit der ganzen Gruppe

1. Die Geschichte der Nudel



Wer „erfand“ die Nudel?

Die Nudel kommt aus China. Oder doch aus Italien? Man streitet sich darüber. Am Gelben Fluss in China hat man 4.000 Jahre alte Nudeln in einer versiegelten Schale gefunden. So waren sie doch die Erfinder? Vielleicht haben beide Völker gleichzeitig die Nudel erfunden.

Da es auch gar nicht so schwierig ist, Nudeln herzustellen, ist das wohl die einfachste Erklärung. Man muss ja nur Mehl und Wasser zu einem festen Teig mischen und diesen Teig dann in die gewünschte Form bringen.

Auch in Deutschland gibt es seit immerhin über 400 Jahren Nudeln. Die heißen Spätzle. Man weiß aber nicht so genau, ob sie tatsächlich in Deutschland erfunden wurden oder vielleicht auch aus Italien stammen. Damals wurden sie aber als Arme-Leute-Essen angesehen. Spätzle haben eine längliche, Knöpfle dagegen eine rundlich-knubbelige Form.



- Aufgabe 1:** a) *Finde die drei Figuren auf der Weltkarte:
Der Chinese hat einen Zopf.
Der Italiener trägt einen Strohhut und ein Halstuch.
Der Deutsche trägt eine Lederhose und eine Feder am Hut.*



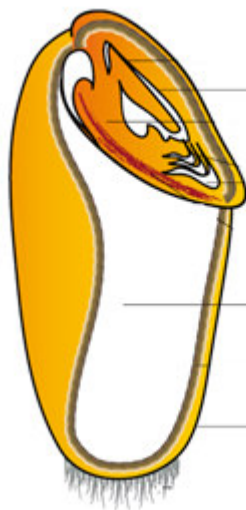
- b) *Wo liegt China? Wo liegt Italien? Wo wohnen wir – wo liegt Deutschland?*





2. Woraus besteht eine Nudel?

Nudeln aus Weizen – Das Weizenkorn



Keim

Aus dem Keim entwickelt sich eine neue Pflanze.

Mehlkörper

Das Mehl enthält Eiweiß: den Kleber (oder das Gluten, wie man fachmännisch sagt). Der Kleber verbindet das Wasser mit dem Mehl.

Schale

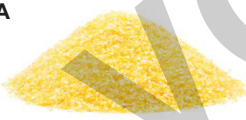
Die Schale schützt den Keim und das Mehl. In Ihr sitzen die meisten Vitamine und Mineralstoffe.

Wie wird aus dem Weizenkorn Mehl oder Grieß?

Die Weizenkörner werden in der Mühle gemahlen. Erst entsteht Schrot. Da sind die Körner zerkleinert, aber Schale und Keim sind noch dabei. Es entstehen unterschiedlich großen Kornteilchen. Die werden gesiebt, sortiert und voneinander getrennt. Die großen Teilchen werden nochmals gemahlen und anschließend wieder gesiebt. Die kleinen Teilchen - also das Mehl - wird in den Mehlspeicher transportiert. Das wiederholt sich so oft, bis den restlichen Schalenteilen, der Kleie, fast nichts mehr vom Mehl anhaftet. Grieß wird nicht so fein gemahlen wie Mehl. Den benutzt man meist zur Herstellung von Pasta – Nudeln.



Aufgabe 3: Ordnet zu: Korn, Mehl, Schrot, Grieß



Nudeln und Vollkornnudeln

Für Vollkornnudeln wird Mehl aus vollem Korn verwendet. Für die ‚normalen‘ hellen Nudeln wird dagegen einfaches Weißmehl oder Hartweizengrieß verarbeitet. Während in Vollkornnudeln also das ganze wertvolle Korn enthalten ist, wird für helle Nudeln nur das weiße Mehl verarbeitet. Weißes Mehl enthält ganz wenig Vitamine und Mineralstoffe.



Aufgabe 4: Beantworte die Fragen in dein Heft/in deinen Ordner.



- Warum sind Vollkornnudeln für uns gesünder als helle Nudeln?
- Kocht eine leckere Nudelsonne und jeweils eine Portion Vollkornnudeln und helle Nudeln. Welche ist besser?

2. Woraus besteht eine Nudel?



Korn mahlen - früher und heute

Schon in der Steinzeit wussten die Menschen, wie sie aus Korn Mehl machen konnten. Sie legten die Körner auf einen Stein und mit einem anderen Stein zerrieben sie die Körner oder drückten und drehten ihn hin und her. Man brauchte Kraft und Geduld, um an das Mehl zu kommen.

Jahrhunderte später erfanden die Menschen Windmühlen und Wassermühlen. Die Mühle bestand aus zwei Steinen: einem Bodenstein und einem Läuferstein. Der Bodenstein stand fest und ruhig auf dem Boden und der Läuferstein dreht sich. Durch ein Loch in seiner Mitte konnte das Getreide eingefüllt werden. Wenn der Läuferstein seine Arbeit gemacht hatte, fiel das Mehl in einen Holzkasten. Danach wurde es in Säcke gefüllt und zum Bäcker gebracht.

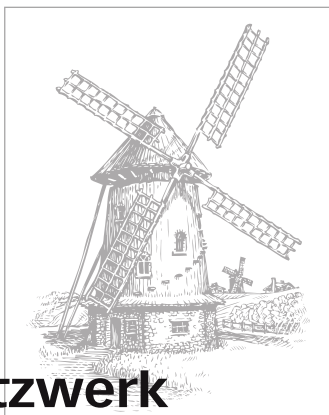
In der Mühle heute

Die Getreidekörner werden nach der Ernte von Schmutz und Spreu getrennt. Danach werden die Hülsen entfernt. Zum Schluss werden die Körner aufgebrochen und zu Mehl oder Gries zermahlen. Das geschieht heute mit elektrischen Walzen. Gemahlen wird Weizen oder Mais und andere Getreide. Mehl oder Gries werden anschließend verpackt und zum Händler gefahren.



Aufgabe 5: Beantworte die Fragen in dein Heft/in deinen Ornder.

- Berichtet, wie die Menschen früher das Korn zum Mehl verarbeiteten.
- Versucht mit zwei Steinen und einigen Weizenkörnern Mehl herzustellen.
- Wer dreht die Flügel der Windmühle, was die der Wassermühle?
- Malt die Wind- und die Wassermühle bunt aus.
- Wie wird das Korn heute gemahlen?





3. Die Nudel erobert die Welt

Nudeln aus Fernost



Mie-Nudeln sind südostasiatische Weizen-Nudeln, die gibt es in vielen Formen. Weil sie viel länger als Spaghetti sind, werden sie meist in Knäueln verkauft, die sich erst im heißen Wasser entwirren. Außer Weizenmehl, Wasser und Salz enthalten sie teilweise auch Eier. Sorten mit viel Ei heißen bei uns auch chinesische Eiernudeln. Sie sind in wenigen Minuten gar.

Reisnudeln sind dünn wie Spaghetti und werden aus Reismehl hergestellt. Sie bleiben nach dem Kochen weiß. Sie sind in 1 – 2 Minuten fertig. Glasnudeln werden nur aus Stärke und Wasser hergestellt, meist aus Mais oder Mungbohnen. Sie werden oft nicht gekocht, sondern in Wasser eingeweicht, gebraten oder gleich in die Suppe gegeben.



EA

Aufgabe 4: Beantworte die Fragen in dein Heft/in deinen Ordner.



- Berichte, wie die drei Nudelsorten aussehen.
- Woraus sind sie hergestellt?

Bunte Eiernudelpfanne



Ihr braucht:

- 2 EL Chilisoße süß-sauer
- 1 rote Paprikaschote
- 2 Karotten, groß
- 250 g Champignon, kleinere
- 2 Knoblauchzehen
- 5 EL Sojasoße
- 100 g Zuckerschoten
- 200 g Sojasprossen (Glas)
- 75 ml Gemüsebrühe
- 3 EL Sesamöl
- 5 EL Sojasoße
- 300 g Chinesische Eiernudeln

So geht es:

- Die Nudeln in kochendem Salzwasser bissfest kochen, abgießen und abtropfen lassen. Sojasprossen in einen Sieb schütten und abtropfen lassen.
- Karotten schälen und in dünne Scheiben schneiden. Paprikaschote nach dem Putzen in Streifen schneiden. Champignons mit einem Tuch abreiben und dann vierteln. Knoblauch schälen und klein hacken.
- Öl in einer Pfanne (beschichtet) oder in einem Wok erhitzen. Karotten und Paprikastreifen darin mit dem Knoblauch ca. 2 Minuten bei starker Hitze braten, dann noch das restliche Gemüse dazu geben und ungefähr 5 Minuten weiterbraten. Immer gut umrühren.
- Brühe, Sojasoße und Chilisoße zugießen und alles braten, bis das Gemüse gar ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nudeln untermischen. 1 Minute unter Rühren mitbraten. Am besten gleich heiß servieren.



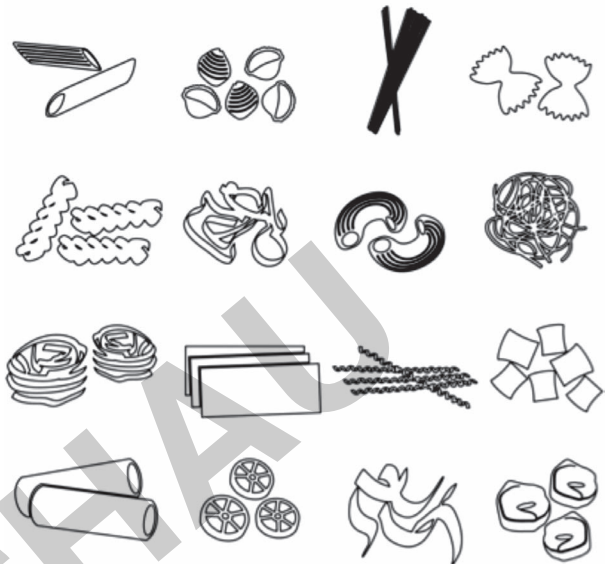
4. Spiele, Rätsel und Versuche rund um die Nudel

Nudel-ABC



Aufgabe 1: Setzt zu den Buchstaben die verschiedenen Nudelarten, die ihr kennt, ein:

B	
C	
F	
H	
M	
P	
R	
S	
T	



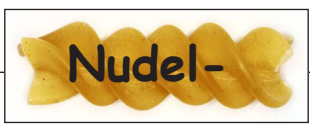
Nudelwörter



Aufgabe 2: Bilde mit den folgenden Wörtern zusammengesetzte Nomen:

Eier- Gift- Glas- Hörnchen- Reis-
 Band- Faden- Hartweizen- Dampf-
 Suppen- Sternchen-





-teig, -rezept, -soße,
 -packung, -topf, -gericht, -teller,
 -füllung, -eintopf

4. Spiele, Rätsel und Versuche rund um die Nudel



Aufgabe 6: *Wer isst was und in welcher Schüssel sind welche Nudeln?
Verbinde die Jungen mit der richtigen Schüssel.*

- Tom isst aus der Schüssel mit der Möhre.
- Jan isst Spaghetti.
- Paul isst nicht aus der Schale mit der Tomate.
- In der Schale mit der Gurke sind Hörnchennudeln.
- In der Schale mit der Tomate sind Spaghetti.
- Eine Schale enthält Ravioli.

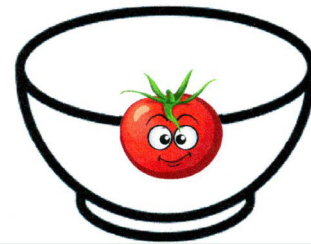
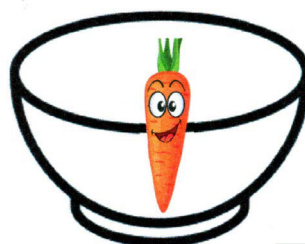
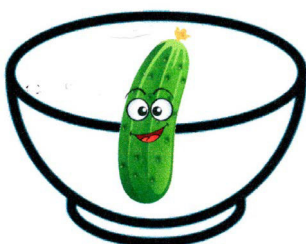
Jan



Tom



Paul



6. Rezepte rund um die Nudel



Grundrezept Nudelteig ohne Ei

Aus Nudeln kann man viele verschiedene Gerichte zaubern: Nudelsuppe, Nudelauf-
lauf, Nudelsalat, Lasagne, Nudeln mit Käse, mit Hackfleisch, mit Gemüse ... Nun kann
man Nudeln in allen Variationen kaufen. Wer aber einmal Nudeln selbst hergestellt
hat, wird das bestimmt immer wieder machen, denn der Geschmack ist nicht mit den
abgepackten Nudeln zu vergleichen.

Ihr braucht:

- 200 g Mehl
- 200 g Hartweizengrieß
- 200 ml Wasser
- 1 EL Olivenöl
- Salz



So geht es mit:

- Zuerst aus den Zutaten einen festen, aber elastischen Nudelteig kneten.
- Den Teig mindestens 6 – 7 Minuten mit der Hand kneten. Je länger man knetet, umso weicher und elastischer wird der Nudelteig.
- Den Nudelteig in mehrere Portionen aufteilen, wobei die nicht benötigten Teig-
stücke eingewickelt bleiben.
- Die Nudelmaschine an der Tischplatte befestigen und die breiteste Walzen-
öffnung einstellen.
- Nach dem nochmaligen Durchkneten den Teig durch die Walzen drehen,
danach zusammenklappen und nochmals drehen.
- Dieser Vorgang wird etwa fünfmal wiederholt, wobei die Walzenöffnung
immer enger gestellt wird.
- Ist der Nudelteig dünn genug, wird er zuletzt durch die Schneidwalzen gedreht.
- Nun kann man die Nudeln gleich kochen und verzehren.
- Sie lassen sich auch ausgebreitet auf Geschirrtüchern oder einem Backblech
trocknen.
- Lange Nudelsorten kann man auf einer Holzstange zwischen zwei Stühlen trocknen.
- Für das Kochen gilt schließlich: Je dünner und frischer der Teig ist, desto schnel-
ler sind auch die Nudeln gar.
- Probiert auch einmal aus, den Nudelteig zu färben! Hier einige Vorschläge:
 - Grüne Nudeln: Spinat fein pürieren und mit dem Nudelteig verkneten
 - Rote Nudeln: Nudelteig mit Tomatenmark vermengen
 - Pinke Nudeln: Nudelteig mit dem Saft der Rote ... füllen

