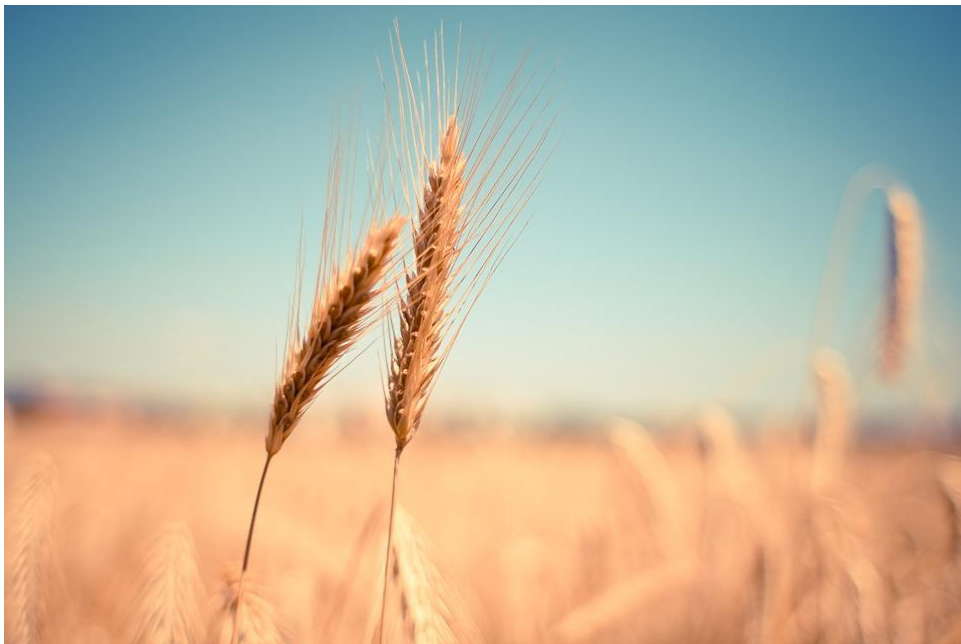


# Naturtipps für Mai

Im Mai blüht und gedeiht unsere Natur. Die Auswahl an regionalem und saisonalem Obst, Gemüse und Wildkräutern wird größer. Allerdings haben unsere Supermärkte die meisten dieser Produkte sowieso das ganze Jahr über. Es ist Zeit, sich Gedanken zu machen, woher unser Essen kommt und wieso für uns Lebensmittel so selbstverständlich sind.

## Woher kommt unsere Nahrung?



Was wäre, wenn wir keine Supermärkte hätten, keine Lieferdienste, keine Restaurants und andere Möglichkeiten, die uns ermöglichen, dass wir uns innerhalb weniger Sekunden Nahrung kaufen können. Zudem gäbe es keine Landwirtschaft und keinen Import von Lebensmitteln aus dem Ausland. Wie sehr wir darauf angewiesen sind, würden wir erst merken, wenn es das auf einmal alles nicht mehr geben würde.

Früher musste der Mensch nach essbaren Pflanzen suchen, sowie auf die Jagd gehen. Genauso überleben die Tiere in der freien Wildbahn, die ihre eigene Beute jagen, nach Beeren oder anderer pflanzlicher Nahrung suchen. Da der Mensch selbst nicht in der Lage ist, ohne Hilfsmittel zu jagen, hat er sich Werkzeug dazu gebaut, wie zum Beispiel Pfeil und Bogen.

Heute muss keiner mehr mit Pfeil und Bogen ein Tier jagen, aber es gibt immer noch Menschen, die auf die Jagd gehen, um zu überleben. In Europa allerdings ist das nicht mehr notwendig. Hier geht man stattdessen einfach in den Supermarkt und greift ins Kühlregal. Dadurch vergisst man schnell, was für ein Tier dahintersteht, was generell für eine Arbeit hinter all den Produkten steckt und schätzt dies nicht mehr wert.

Mit Pfeil und Bogen schießt der Mensch nur noch als Hobby, und zwar auf Zielscheiben. Zudem ist Bogenschießen eine Sportart, die auch eine olympische Disziplin ist. In dem Szenario, dass wir all die Bequemlichkeiten unseres alltäglichen Lebens nicht mehr hätten

und somit in der Wildnis überleben müssten, wäre dieses Werkzeug allerdings überlebenswichtig.

Wir zeigen euch wie ihr selbst einen Pfeil und Bogen basteln könnt. Diesen sollt ihr allerdings nur zum Schießen auf Zielscheiben verwenden. Bitte nur unter Aufsicht eines Erwachsenen benutzen.

Bildquelle:

picjumbo\_com / Pixabay: <https://pixabay.com/de/photos/weizen-ohr-trocken-ernte-herbst-865152/>

## Zeit zum Basteln

### Pfeil und Bogen:

#### Was ihr braucht

- Ein langer Stock (entweder schon gebogen oder gut biegsam)
- Lange, dünne und gerade Stöcke für die Pfeile
- Schnitzmesser (Z.B. Kinderschnitzmesser von Opinel)
- Nylonschnur
- Federn
- Schere
- Kleber



### Was zu tun ist

Für den Bogen:

1. Nehmt das Schnitzmesser und ritzt am oberen und unteren Ende des Stocks rundherum eine Kerbe ein. Diese braucht ihr, damit die Schnur gut befestigt werden kann (siehe das erste Bild).
2. Knotet die Nylonschnur um ein Ende des Astes an der Stelle wo die Kerbe ist.
3. Macht mit der Schnur dann eine Schlaufe ums andere Ende des Stockes und spannt den Bogen (siehe das zweite Bild). Tipp: Stellt den Bogen zum Spannen auf den Boden.
4. Dann verknotet ihr die Schnur ebenfalls da wo die Kerbe ist. Testet zuletzt, ob alles gut hält und man die Sehne ausreichend spannen kann.

Für die Pfeile:

1. Sucht euch lange, dünne und gerade Stöcke und testet ob diese lang genug sind, wenn ihr sie mit der Sehne spannt.
2. Macht mit Hilfe eures Schnitzmessers ein Ende des Stocks zur Pfeilspitze
3. Am anderen Ende müsst ihr eine Kerbe einritzen, mit der ihr dann den Pfeil auf die Sehne auflegen könnt.
4. Die Federn müsst ihr halbieren und die Kielspitze abschneiden. Die Federn solltet ihr dann seitlich an den Pfeil anbringen, so dass noch hinter ihnen Platz zum Greifen von dem Pfeil ist. Mit Hilfe von Flüssigkleber und etwas Geduld kann man die Federn gut befestigen (siehe drittes Foto).

Fertig ist euer Pfeil und Bogen.



## Zielscheibe:

Was ihr braucht:

- Karton
  - Wasserfarben und Pinsel
  - Zirkel
  - Schere
  - Schnur
1. Mit dem Zirkel müsst ihr mehrere Kreise zeichnen, die immer größer werden.
  2. Diese malt ihr dann mit unterschiedlichen Farben aus.
  3. In den oberen zwei Ecken des Kartons macht ihr dann mit der Schere jeweils ein Loch.
  4. Mit der Schnur macht ihr dann durch die Löcher jeweils zwei Schlaufen, mit denen man die Zielscheibe aufhängen kann.



Viel Spaß beim Ausprobieren 😊



## Achtung:

Achtet immer darauf, dass sich bei euren Schießversuchen keine Person in der Schussbahn befindet und richtet niemals die Pfeile auf Menschen oder Tiere. Benutzt die Bögen nur im Beisein eines Erwachsenen!

Bildquelle:

© A. Munz

# Ohne Bienen weniger Nahrung

Habt ihr euch schon einmal gefragt, ohne welches Tier es dem Menschen deutlich schlechter gehen würde? Ganz klar – Die Bienen! Diese sind unglaublich wichtig für unser Ökosystem. Sie sind es, die einen Großteil aller Pflanzen bestäuben. Ohne sie gäbe es nicht nur keinen Honig mehr, sondern auch kaum Gemüse und Obst, sowie ein Aussterben von unzähligen Tierarten. Sie spielen eine wichtige Rolle im Erhalt unserer Kultur- und Landwirtschaft. Obwohl sie so wichtig für uns sind, ist es den meisten Menschen nicht bewusst, dass vieles an Nahrung wegfallen würde, wenn die Bienen weiter sterben.



## *Was man für eine bienenfreundliche Umwelt tun kann*

- Durch den Kauf von zertifizierten Biolebensmitteln könnt ihr die nachhaltige Landwirtschaft unterstützen
- Auch im eigenen Zuhause kann man aktiv werden: Es gibt bienenfreundliche Pflanzen die man auf seinem Fensterbrett, Balkon oder Garten ziehen kann.
- Übernehmen Sie eine Bienenpatenschaft

Textquelle:

<https://www.nabu.de/tiere-und-pflanzen/insekten-und-spinnen/hautfluegler/bienen/13676.html>

Bildquelle:

Laura Kuhn / Pixabay:

<https://pixabay.com/de/photos/biene-insekt-best%a4uben-best%a4ubung-7143690/>

# Oh Honey!



Wenn wir schon bei dem Thema Bienen sind, dann lasst uns doch auch mal über Honig sprechen. Diesen sollten wir auch auf keinen Fall für selbstverständlich nehmen. Hinter Honig steckt eine riesige Arbeit für die Bienen.

In ihrem Zuhause, dem Bienenstock, leben bis zu zehntausend Bienen und jede hat ihre bestimmte Aufgabe. Es gibt Arbeiterbienen, die für die Futtersuche zuständig sind. Sie fliegen an einem Tag zu etwa 40 Millionen Blüten, um Pollen und Nektar zu sammeln. Danach müssen die Bienen dem Nektar das Wasser entziehen und sie fügen zuletzt diesem ihre körpereigene Enzyme zu. So entsteht der Honig, der als Nahrung für die Bienen dient. Es steckt also ganz schön viel Arbeit für die Bienen (sowie auch für die Imker) hinter dem Produkt Honig, das dann bei dem Menschen einfach so im Supermarktregal steht und schnell mal aufs Brot gestrichen wird.

Tipp: Falls ihr Honig kauft, dann achtet darauf, dass es Bio-Honig oder ein regionaler Honig ist. Bienenstöcke von Bio-Imkern müssen so aufgestellt werden, dass im Umkreis von drei Kilometern überwiegend ökologische Kulturpflanzen oder wildwachsende Pflanzen blühen.

Textquelle:

<https://www.peta.de/themen/honig/>

<https://utopia.de/ratgeber/honig-vom-imker-nebenan-bio-honig-oder-fairtrade-was-ist-besser/>

Bildquelle:

PollyDot / Pixabay: <https://pixabay.com/de/photos/honigbienen-insekten-bienenstock-337695/>

# Alternativen für Honig

Wer sich dafür entscheidet, keinen Honig zu essen (Veganer beispielsweise), der hat einige pflanzliche Alternativen, die man als Süßungsmittel verwenden kann.

Zum Beispiel:

- Agavensirup
- Ahornsirup
- Dattelsirup
- Rüben- oder Apfelkraut
- Reis- und Kokosblütensirup

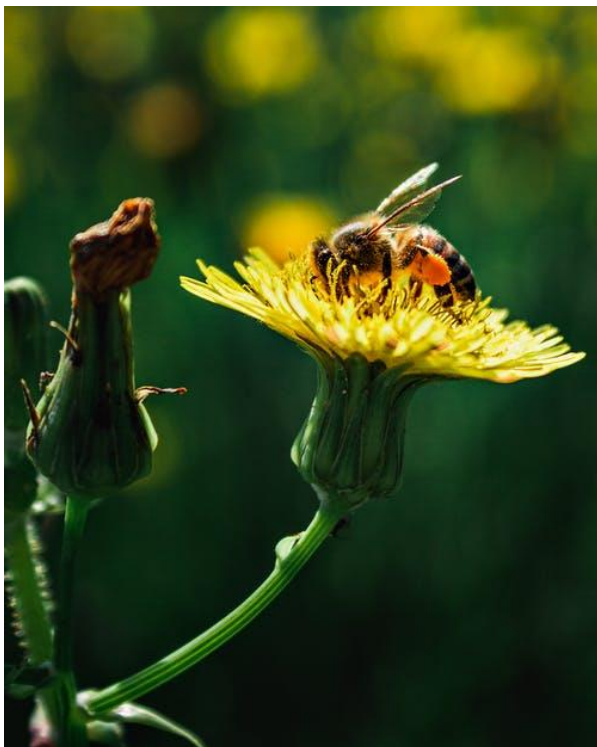
Außerdem kann man auch selbst eine Honig Alternative herstellen. Wir zeigen euch, wie ihr ganz einfach Zuhause diese pflanzliche Alternative zubereiten könnt.



## Rezept: Honig mal anders

Löwenzahngelee

Im Mai sind alle Wiesen voll mit den gelben Blüten. Das man daraus auch leckeres Gelee zaubern kann zeigen wir euch hier:



Sammelt zuerst draußen frische und schöne Löwenzahnblüten (ca. 200g). Dann entfernt ihr so viel vom Grün wie möglich. Es ist nicht schlimm, wenn ihr es dranlasst, aber es beeinflusst den Geschmack ein wenig. Als nächstes wascht ihr die gelben Blüten ab und dann lasst ihr sie mit dem Wasser (1 Liter) etwa 5 Minuten lang kochen. Dann etwa 24 Stunden lang mit geschlossenem Deckel ziehen lassen.

Danach gießt ihr die Mischung über ein Sehtuch oder ein Passiertuch, um die Blüten zu entfernen. Fügt den Saft einer Zitrone (eine mittelgroße) und den Gelierzucker (500g) hinzu. Unter ständigem Rühren zum Kochen bringen und 40 Minuten lang köcheln lassen. In gut ausgespülte Gläser füllen und genießen.

## Fichtenhonig

Von Mai bis Juni kann man die jungen Triebe der Fichte pflücken, aus denen man ebenfalls Honig herstellen kann. Wie das geht seht ihr in dem folgenden Rezept:

Zutaten:

- 1kg frische, hellgrüne Fichtenspitzen
- Ca. 1 Liter Wasser
- 500g Gelierzucker 3:1
- Etwas Zitronensaft (oder Limette, je nach Geschmack)

Zuerst müsst ihr die Tannenspitzen abwaschen und mit dem Wasser zusammen aufkochen und 15 Min. köcheln lassen. Dann lasst ihr das ganze über Nacht durchziehen und filtert am nächsten Tag den Sud. Davon solltet ihr 750ml Flüssigkeit abmessen. Dazu gebt ihr dann den Zitronensaft und den Gelierzucker und kocht das ganze nach Packungsbeilage auf. Zum Schluss die Gelierprobe machen und schließlich in vorher ausgekochte Gläschen umfüllen.



Viel Spaß beim Ausprobieren 😊

Textquelle:

<https://www.peta.de/veganleben/veganer-honig/>

<https://www.truefoodsblog.com/recipe/dandelion-jam-vegan-honey/>

<http://verbotengut.blogspot.com/2011/05/tannenspitzen-gelee.html>

Bildquelle:

DagnyWalter / Pixabay: <https://pixabay.com/de/photos/nonnen-picknick-behandlung-sirup-2304009/>

<https://images.pexels.com/photos/10183384/pexels-photo-10183384.jpeg?auto=compress&cs=tinysrgb&dpr=1&w=500>

TheodoreK / Pexels: <https://www.pexels.com/de-de/foto/flachfokus-fotografie-der-fichte-732974/>