

Alle Altersstufen

Michael Müller

# Kaugummi, Pommes & Co



Kurioses &  
Interessantes

Mit Rezepten  
& Versuchen

## Süße Sünden zwischendurch

Eine fächerübergreifende  
Materialsammlung und  
vielseitige Lernwerkstatt



Lernen mit Erfolg

**KOHL** VERLAG

[www.kohlverlag.de](http://www.kohlverlag.de)

# Kaugummi, Pommes & Co

## Band 4: Süße Sünden zwischendurch

2. Digitalauflage 2016

© Kohl-Verlag, Kerpen 2010  
Alle Rechte vorbehalten.

Inhalt: Michael Müller  
Coverbild: © fotolia.com  
Illustrationen: © fotolia.com & clipart.com  
Grafik & Satz: Kohl-Verlag

**Bestell-Nr. P11 026**

**ISBN: 978-3-95513-477-8**

# www.kohlverlag.de

© Kohl-Verlag, Kerpen 2016. Alle Rechte vorbehalten.

Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt und unterliegen dem deutschen Urheberrecht. Jede Nutzung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages (§ 52 a Urhg). Weder das Werk als Ganzes noch seine Teile dürfen ohne Einwilligung des Verlages eingescannt, an Dritte weitergeleitet, in ein Netzwerk wie Internet oder Intranet eingestellt oder öffentlich zugänglich gemacht werden. Dies gilt auch bei einer entsprechenden Nutzung in Schulen, Hochschulen, Universitäten, Seminaren und sonstigen Einrichtungen für Lehr- und Unterrichtszwecke.

Der Erwerber dieses Werkes in PDF-Format ist berechtigt, das Werk als Ganzes oder in seinen Teilen für den Gebrauch und den Einsatz zur Verwendung im eigenen Unterricht wie folgt zu nutzen:

- Die einzelnen Seiten des Werkes dürfen als Arbeitsblätter oder Folien lediglich in Klassenstärke vervielfältigt werden zur Verwendung im Einsatz des selbst gehaltenen Unterrichts.
- Einzelne Arbeitsblätter dürfen Schülern für Referate zur Verfügung gestellt und im eigenen Unterricht zu Vortragszwecken verwendet werden.
- Während des eigenen Unterrichts gemeinsam mit den Schülern mit verschiedenen Medien, z.B. am Computer, via Beamer oder Tablet das Werk in nicht veränderter PDF-Form zu zeigen bzw. zu erarbeiten.

Jeder weitere kommerzielle Gebrauch oder die Weitergabe an Dritte, auch an andere Lehrpersonen oder pädagogischen Fachkräfte mit eigenem Unterrichts- bzw. Lehrauftrag ist nicht gestattet. Jede Verwertung außerhalb des eigenen Unterrichts und der Grenzen des Urheberrechts bedarf der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlages. Der Kohl-Verlag übernimmt keine Verantwortung für die Inhalte externer Links oder fremder Homepages. Jegliche Haftung für direkte oder indirekte Schäden aus Informationen dieser Quellen wird nicht übernommen.

# Inhalt

|                                  | <u>Seite</u> |
|----------------------------------|--------------|
| Quellenangaben                   | 4            |
| Vorwort                          | 5            |
| <b>Lutscher</b>                  | 6 - 19       |
| • <i>Geschichtliches</i>         |              |
| • <i>Nährwerte</i>               |              |
| • <i>Artenvielfalt</i>           |              |
| • <i>Gesundheitliche Aspekte</i> |              |
| • <i>Kurioses</i>                |              |
| • <i>Sprüche und Witze</i>       |              |
| • <i>Arbeitsaufträge</i>         |              |
| • <i>Experiment</i>              |              |
| • <i>Rezepte</i>                 |              |
| • <i>Eine Geschichte</i>         |              |
| • <i>Bastelanregungen</i>        |              |
| <b>Pudding</b>                   | 20 - 33      |
| • <i>Geschichtliches</i>         |              |
| • <i>Nährwerte</i>               |              |
| • <i>Artenvielfalt</i>           |              |
| • <i>Gesundheitliche Aspekte</i> |              |
| • <i>Kurioses</i>                |              |
| • <i>Witze und Sprüche</i>       |              |
| • <i>Rezepte</i>                 |              |
| • <i>Experimente</i>             |              |
| • <i>Bastelanregungen</i>        |              |
| • <i>Spielanregungen</i>         |              |
| • <i>Arbeitsaufträge</i>         |              |
| <b>Brausepulver</b>              | 34 - 44      |
| • <i>Geschichtliches</i>         |              |
| • <i>Nährwerte</i>               |              |
| • <i>Artenvielfalt</i>           |              |
| • <i>Gesundheitliche Aspekte</i> |              |
| • <i>Kurioses</i>                |              |
| • <i>Witze und Sprüche</i>       |              |
| • <i>Rezepte</i>                 |              |
| • <i>Experimente</i>             |              |
| • <i>Arbeitsaufträge</i>         |              |

# Inhalt

|                                      | <u>Seite</u> |
|--------------------------------------|--------------|
| <b>Limonade</b>                      | 45 - 55      |
| • <i>Geschichtliches</i>             |              |
| • <i>Nährwerte und Inhaltsstoffe</i> |              |
| • <i>Artenvielfalt</i>               |              |
| • <i>Gesundheitliche Aspekte</i>     |              |
| • <i>Kurioses</i>                    |              |
| • <i>Witze und Sprüche</i>           |              |
| • <i>Rezepte</i>                     |              |
| • <i>Experimente</i>                 |              |
| <br>                                 |              |
| <b>Eistee</b>                        | 56 - 64      |
| • <i>Geschichtliches</i>             |              |
| • <i>Nährwerte und Inhaltsstoffe</i> |              |
| • <i>Artenvielfalt</i>               |              |
| • <i>Gesundheitliche Aspekte</i>     |              |
| • <i>Kurioses</i>                    |              |
| • <i>Witze und Sprüche</i>           |              |
| • <i>Rezepte</i>                     |              |
| • <i>Bastelanregungen</i>            |              |

---

## Quellenangaben:

- [www.aok.de](http://www.aok.de)
- [www.chupachups.ch](http://www.chupachups.ch)
- [www.cma.de](http://www.cma.de)
- [www.frigeo.de](http://www.frigeo.de)
- [www.gesundheit.de](http://www.gesundheit.de)
- [www.lebenswichtig.de](http://www.lebenswichtig.de)
- [www.naehrwertrechner.de](http://www.naehrwertrechner.de)
- [www.oekotest.de](http://www.oekotest.de)
- [www.oetker.de](http://www.oetker.de)
- [www.pelikan-lehrerinfo.de](http://www.pelikan-lehrerinfo.de)
- [www.was-wir-essen.de](http://www.was-wir-essen.de)
- [www.wikipedia.de](http://www.wikipedia.de)
- [www.wissen.de](http://www.wissen.de)

Sowie:

Wölfel, Ursula; Die grauen und die grünen Felder, S. 41 f; Beltz & Gelberg, Weinheim, 2004  
(Textauszug auf den Kopiervorlagenseiten 16-18)

# Vorwort

Gerne verlangen wir bei einem guten Essen etwas Nachschlag. – Auch literarisch gibt es nun einen Nachschlag an weiteren Themen für den Unterricht. Lutscher, Pudding, Brause, Limonade und Eistee kommen nun „auf den Tisch“.

Auf kurzweilige Art und Weise erfährt der Leser hier Hintergrundinfos zu Nährwerten, Herstellungsverfahren, Geschichtlichem, Rezepten u.v.m. beliebter Lebensmittel.

Der Praxisband versteht sich als Materialsammlung bzw. Fundgrube für Pädagogen, welche im Primar- und Sekundarbereich unterrichten. Die Einsatzbreite der Themen ist fächerübergreifend. Es finden sich z.B. Anregungen für den Unterricht in den Fächern Biologie, Sachunterricht, Erdkunde, Geschichte, Physik, Chemie und Hauswirtschaft.

Wenn man Zutatenlisten durchliest und sich mit Lebensmitteln beschäftigt, wird man feststellen, dass viele tradierte Irrtümer und Fehlannahmen in der Bevölkerung existieren. Manche Lebensmittel, die als ungesund kategorisiert auf dem Index stehen, sind bei näherer Analyse doch nicht so schlecht und dafür sind einige als gesund geltende Nahrungsmittel eher bedenklich bzw. nicht uneingeschränkt zu empfehlen.

Ein Glas Apfelsaft enthält z.B. ebenso viel (Frucht-) Zucker bzw. Kalorien wie ein Glas Cola. Die enthaltene Süße bzw. Säure attackiert unsere Zähne gleichermaßen. Natürlich „hinkt“ dieser Vergleich, da der Saft andererseits im Vergleich zur Cola viele lebenswichtige Inhaltsstoffe und weniger schädliche Substanzen liefert. Das Beispiel soll jedoch zeigen, dass sich genaues Hinsehen beim Einkaufen und Zubereiten von Lebensmitteln durchaus lohnen kann.

In den letzten Jahren hat die Menge an speziellen „Kinderlebensmitteln“ stark zugenommen. Eltern wird durch aufwändige Werbekampagnen suggeriert, dass sie ihre Kinder mit diesen Speisen besonders vollwertig und gesund ernähren können. Die erhältliche Palette reicht von Vitaminbonbons und Riegeln über Getränke und Brotaufstriche bis hin zu Frühstückscerealien und Fertiggerichten.

Das Problem ist, dass es keine lebensmittelrechtliche Definition des Begriffes „Kinderlebensmittel“ gibt. Warnsignale, die einen Hinweis auf enthaltene erhöhte Kohlenhydrat- oder Fettmengen geben, fehlen leider völlig. Stattdessen wird nur die beigefügte Extraportion Vitamine oder Mineralstoffe erwähnt.

Der Begriff „Kinderlebensmittel“ ist eine Schöpfung der Lebensmittelindustrie. Aus ernährungsphysiologischer Sicht brauchten wir solche Speisen nicht, da Heranwachsende bereits nach dem ersten Lebensjahr mit den „normalen“ Lebensmitteln hinreichend und ausgewogen ernährt werden können.

Wer auf eine gesunde Ernährung von Kindern (aber auch von Erwachsenen) achten möchte, sollte bei der Speisenzubereitung auf frisches Obst und Gemüse bzw. auf Vollkornprodukte zurückgreifen sowie möglichst fettarm kochen bzw. anrichten. Auch der Genuss von künstlichen Süßungsmitteln und Geschmacksverstärkern sollte begrenzt sein.

Viel Freude und neue spannende sowie hilfreiche Erkenntnisse beim Arbeiten mit den vorliegenden Kopiervorlagen wünschen Ihnen der Kohl-Verlag und

*Michael Müller*

## Zum Autor:

Michael Müller, Jahrgang 1971, legte nach dem Abitur das Erste Staatsexamen für das Lehramt an Grund- und Hauptschulen an der Universität Koblenz-Landau ab. Es folgte das Referendariat im Saarland und nach Ablegen des Zweiten Staatsexamens eine Anstellung in den saarländischen Schuldienst.

Ein Jahr nach seiner Anstellung als Lehrer absolvierte er noch ein Erweiterungsstudium für das Lehramt an Sonderschulen, Fachrichtung Lern- und Sprachbehindertenpädagogik. Nach zwölf Jahren Unterrichtstätigkeit an einer saarländischen Förderschule unterrichtet Michael Müller mittlerweile im saarländischen Krankenhaus- und Hausunterricht.



# 1 Lutscher

## II. Nährwerte

Lutscher sind genau genommen eigentlich nur harte Bonbons auf einem Stiel aus Holz, Zellstoff oder Kunststoff. Sie bestehen zumeist bis zu 95 % aus Industriezucker und Glucose und enthalten außerdem Aromen und Farbstoffe.

Da die verwendeten Zutaten sowie Ausformungen von Hersteller zu Hersteller stark voneinander abweichen, kann man keine allgemein gültigen Nährwertinformationen geben. Allerdings ist zu beachten, dass alle Lutscher (mit Ausnahme der zuckerfreien) sehr hohe Zuckeranteile und damit viele Kalorien enthalten.

## III. Artenvielfalt

Weltweit gibt es über tausend Anbieter und Hersteller von Lutschern. Die zum Herstellen der „Schleckstängel“ verwendeten Zutaten differieren je nach Land und Region sehr stark, da die Geschmäcker auf der Welt doch äußerst unterschiedlich sind.

Während Chinesen Tearomen mögen, bevorzugen Mexikaner Chili, Mitteleuropäer lieben Erdbeere mit Milchpulver und Brasilianer sind Fans von Mangostängeln.

Außer in punkto Geschmack unterscheiden sich die auf dem Weltmarkt angebotenen Lutscher auch noch in ihrer Form, denn es gibt Ausführungen in Kugelform, in ovaler Form, in flacher Form und in Übergrößen (für Jahrmärkte etc.).

Mittlerweile gibt es auch Lutscher ohne Zucker speziell für Diabetiker.

Für Hartgesottene gibt es auch ganz spezielle Varianten, in deren Inneren echte Insekten und Würmer eingegossen wurden.



## IV. Gesundheitliche Aspekte

Lutscher enthalten (übrigens wie viele andere Süßwaren auch) oftmals Zitronensäure, welche als Säuerungsmittel dient. Zitronensäure kann im Haushalt ein nützlicher Helfer sein, denn die Säure wirkt kalklösend. Der Gesetzgeber schreibt vor, dass Haushaltsreiniger mit Zitronensäure auf der Verpackung mit einem Warnhinweis (Schwarzes Kreuz auf orange-farbenem Grund) gekennzeichnet sein müssen. Dieses Symbol weist drauf hin, dass das Mittel „reizend“ ist.

Wenn nun aber die gleiche „reizende“ Zitronensäure als Geschmacksverstärker in Süßigkeiten wie z.B. Lutschern enthalten ist, bedarf es keiner besonderen Kennzeichnung. Es genügt die unauffällige Bezeichnung „E 330“ in der Zutatenliste. Diese Regelung des Gesetzgebers ist sehr bedenklich, da Zitronensäure für (Kinder-)Zähne eine ernsthafte Gefahr darstellt. Hintergrund ist folgende Tatsache: Der Speichel in unserem Mundraum hat einen pH-Wert (Säurewert) zwischen 7 und 8. Bei einem zahnfreundlichen Produkt darf der pH-Wert nicht unter 5,7 sinken.