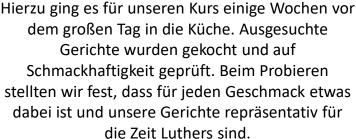
Futtern wie bei Tuthern



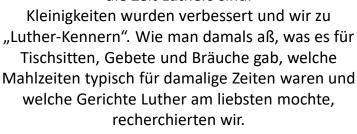
Zum 500 - jährigen Jubiläum des
Reformationstages, hat sich der Religionskurs
(Jahrgang 11) von Frau Stanzick dazu
entschlossen, Gerichte wie zu Lutherzeiten
(Spätmittelalter bis Neuzeit) nachzukochen und zu
probieren.



Unser Ziel war es, durch leckere Gerichte ein interessantes, informatives "Luther-Mahl" zu gestalten.







Luther selbst sagte einmal:



"Eine gute Mahlzeit ist des Bängens Wert."

Am "Luther-Tag" ging es zuerst an die Vorbereitungen: Kochen, Tisch decken, Informationsplakate aushängen.

Zu Zeiten Luthers wurde meistens an einer kniehoch aufgemauerten offenen Feuerstelle gekocht. Sowohl beim Kochen als auch beim Servieren der Speisen waren bei einem herrschaftlichen Mahl zwischen 100 und 500 Personen beteiligt. Denn bei Mahlzeiten wurde nicht nur gespeist: es fanden Gebete, Musik und Diskussionen statt. Luther entwickelte den Großteil seiner Ideen zur Reformation der Kirche bei seinen Tischreden.

Gedeckt wurden die Tische nur mit Löffeln, denn im Mittelalter aß man eigentlich mit den Händen. Auch sonst waren kaum Tischmanieren vorhanden.









Religion Jahrgang 11

Frau Stanzick

Lisann Guldner







Zu unserem "Luther-Mahl" haben wir eine 7. Klasse eingeladen. Nach einem gemeinsamen Gebet "Vater segne unsere Speise, uns zur Kraft und dir zum Preise. Amen" am gedeckten Tisch durften die Schülerinnen und Schüler zuerst unsere einfachen Vollkornfladen probieren. Hierzu servierten wir der Klasse einen Kräuterquark.

Der überwiegende Teil der Bevölkerung ernährte sich im Spätmittelalter von landwirtschaftlichen Erzeugnissen, da Getreide der wichtigste

Im Spä haupt zu, o liefe Soo g Sahnequark
1 Bund Petersilie, Dill, Schnittlauch und Radieschen 200 g geriebener Käse

Kräuter und Radieschen kleinschneiden und mit Zutaten vermengen, mit

Salz und Pfeffer würzen

und für 10 Minuten in den Kühlschrank stellen Kalorienlieferant war.
Im Spätmittelalter griff man hauptsächlich auf Produkte zu, die Haus und Garten lieferten, denn sowohl Qualität als auch Quantität und Zusammensetzung der Speisen hingen von der sozialen Zugehörigkeit ab. Der überwiegende Teil der Bevölkerung aß, was billig zu haben war





und gab trotzdem mindestens drei Viertel des Einkommens für Essen aus. Kräuter wurden viel genutzt, um Speisen haltbarer zu machen und sie galten durch die *Hypokratische Methode* als ausgleichendes Nahrungsmittel.

Während im Hintergrund mittelalterliche Musik spielte, genoss die Klasse bei guten Gesprächen ihr Mahl. Im Mittelalter konnte ein Mahl über mehrere Stunden dauern, denn Zweck waren neben dem Essen gute Begegnungen und Gemeinschaft. Bei wohlhabenden Festessen waren Musiker anwesend und Tischreden wurden gehalten.



Als nächstes servierten wir der Klasse "Arme Ritter", ein sehr einfaches Gericht des Spätmittelalters. Die einfache Herstellung erlaubte es oft auch bäuerlichen Familien, "Arme Ritter" zu essen. Unseren Gästen gefielen sie sehr gut.







Frau Stanzick

Lisann Guldner







Bei gemütlicher Atmosphäre probierte die Klasse anschließend noch einen Hirsebrei. Brei war zu Zeiten Luthers das Hauptnahrungsmittel.

Gewürze waren ein unverzichtbarer Bestandteil jeder Speise. Vor allem Salz, das auch in dem Hirsebrei enthalten ist, machte Gerichte oftmals erst genießbar. Außerdem wurde Gewürzen eine heilende Wirkung zum Beispiel gegen Seuchen zugesprochen.



Unsere Pfefferkirschen durften mit alternativem
Traubensaft statt Wein gekostet werden. Alkoholischen
Getränken war man im Hause Luther ganz und gar nicht
abgeneigt und Luthers Herz wurde durch selbstgebrautes
Bier erfreut.

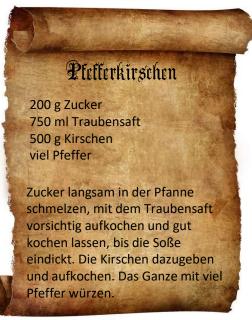
Martin Luther sagte einmal:

"Der Wein ist gesegnet und hat ein Zengnis in der Schrift, das Bier aber gehört zur menschlichen Überlieferung."









Ganz zum Schluss gab es dann noch die leckeren Reformationsbrötchen. Für jeden Geschmack war bei dem Mahl etwas dabei!

Abgeschlossen wurde unser "Luther-Mahl" mit einem weiteren Gebet: "Danket dem Herrn, denn er ist freundlich, und seine Güte währet ewiglich. Amen."

Die Klasse konnte sich noch auf Plakaten darüber informieren, wie unterschiedlich die Mahlzeiten im Mittelalter waren, welche Lebensmittel es in Abhängigkeit der Jahreszeiten gab und welche importiert wurden. Darüber hinaus waren auf den Plakaten Rezepte von allen servierten Gerichten zu finden, die sich manche Schüler sogar abfotografierten.

Außerdem konnte die Klasse mit Klebepunkten auf einem Bewertungsplakat und in Interviews Feedback geben. Es wurde deutlich, dass der kreative Rahmen des gemeinsamen Mahls sowohl informativ als auch spannend und ideenreich war. Sogar in der Hannoverschen Allgemeinen Zeitung wurde das "Luther-Mahl" im Artikel über den Reformationstag an unserem Georg-Büchner-Gymnasium positiv erwähnt.

Auch unser Religionskurs sieht dieses Projekt als gelungen an. Wir konnten auf kreative, abwechslungsreiche Weise der Klasse den Inhalt näher bringen.

"Futtern wie bei Luthern" - passend zum Reformationstag!







