

## #Cook and Talk: Nachhaltig kochen und essen mit regionalen Produkten aus Brandenburgs LEADER Regionen | 06. November 2024

**Veranstaltungsort:** Heimvolkshochschule am Seddiner See, Haus Fichtenhain

Genussfreunde aufgepasst: Mit unserer Veranstaltung zum nachhaltigen Kochen möchten wir zeigen, was regionale, klimaschonende Wertschöpfungsketten stärken eigentlich bedeutet.

Was erwartet die Teilnehmenden:

- **Nachhaltigkeit:** Regionale Produkte sind nicht nur lecker, sondern auch umweltfreundlich. Indem lokale Bauern und Produzenten unterstützt werden, verringern wir den CO<sub>2</sub>-Fußabdruck und fördern eine nachhaltige Landwirtschaft.
- **Vielfalt der Geschmäcker:** Genussvolle Regionen - die Vielfalt regionaler Produkte ist groß. Von saftigem Obst bis zu aromatischen Kräutern – jede Region hat ihre eigenen Schätze, die auch ein Teil regionaler Identität sind. „Cook and Talk“ ermöglicht es uns, diese Vielfalt zu entdecken und kreativ in der Küche zu nutzen.
- **Wissenstransfer:** Bei „Cook and Talk“ geht es nicht nur ums Kochen, sondern auch ums Reden. Wir teilen Wissen darüber, wie regionale Wertschöpfungsketten und -partnerschaften gestärkt werden können und finden heraus, was Akteur:innen motiviert oder daran hindert verstärkt auf regionale Produkte zu setzen.
- **Gemeinschaft erfahren:** Essen verbindet Menschen. Bei „Cook and Talk“ treffen sich alte und neue Bekannte aus der Branche und den Kommunen. Gleichgesinnte, tauschen sich aus und begeistern neue Interessierte für regionale Produkte.
- **Bewusstsein schaffen:** Indem wir uns mit regionalen Produkten beschäftigen, sensibilisieren wir für die Bedeutung von Nachhaltigkeit und Ernährung. Wir werden uns bewusst, wie unsere Entscheidungen die Umwelt und unsere Gesundheit beeinflussen.

Ziel der Veranstaltung ist es zu zeigen, dass geschmackvolle, saisonale und regionale Küche möglich ist und dass dies einen großen Beitrag hin zu mehr regionaler Nachhaltigkeit bedeutet.

Die Veranstaltung richtet sich an ehrenamtliche und hauptamtliche Vertreter:innen von Verbänden, Vereinen und Initiativen, interessierte sowie engagierte Bürger:innen und Verbraucher:innen, Unternehmen, Kinder- und Jugendliche, Senior:innen, Lebensmittellieferanten.

**Bitte melden Sie sich bis zum 27. Oktober 2024 [hier](https://www.forum-netzwerk-brandenburg.de/de/veranstaltungen/aktuelle-veranstaltungen/anmeldung-zur-veranstaltung-cook-and-talk-nachhaltig-kochen-und-essen-mit-regionalen-produkten-aus-brandenburgs-leader-regionen-am-06.-juni-2024) an:** <https://www.forum-netzwerk-brandenburg.de/de/veranstaltungen/aktuelle-veranstaltungen/anmeldung-zur-veranstaltung-cook-and-talk-nachhaltig-kochen-und-essen-mit-regionalen-produkten-aus-brandenburgs-leader-regionen-am-06.-juni-2024>

## Programm

**13:30 Uhr**     **Eintreffen und Anmeldung**

**14:00 Uhr**     **Begrüßung**

im Nasch- und Kräutergarten der Heimvolkshochschule am Seddiner See

**Alexandra Tautz & Josephine Nitschke**

*Forum ländlicher Raum – Netzwerk Brandenburg*

**14:15 Uhr**     **Die Brandenburger Bio-Linse aus dem Spreewald**

*Gerald Köhler, Co-Geschäftsführer Fördergemeinschaft Ökologischer Landbau Berlin-Brandenburg (FÖL) e.V.*

Gemeinsam mit acht Landwirtschaftsbetrieben und drei Partnern aus Verarbeitung und Handel entwickelt die FÖL eine klimaschonende Wertschöpfungskette für regionale Bio-Linsen. Mit dem Projekt „Brandenburger BioLinse“ soll durch gezielten Wissensaufbau mit externem Know-how aus der Praxis die Gruppe dabei begleitet werden, den Linsenanbau in Brandenburg zu etablieren und deutlich auszubauen. Neben dem Wissensaufbau werden die Akteurinnen und Akteure bei der Verarbeitung und Vermarktung unterstützt. Die Brandenburger Bio-Linse ist eine der Hauptzutaten der Veranstaltung.

**14:30 Uhr**     **Vorstellung der heutigen Gerichte und Einteilung in Kleingruppen**

*Anja Heinrich, DIE ESSPRAXIS*

**14:45 Uhr**     **Zubereitung von Speisen in Kleingruppen**

*Neben dem Kochen erfolgen Austausch und Diskussion mit Hilfe der Methode „Freie Assoziation“ zu den Begriffen gesunde Ernährung, regionale Produkte, Fleischkonsum im ländlichen Raum*

**15:15 Uhr**     **Ernährungsbildung in Brandenburg**

*Nadine Stephan, STADTaktiv – Landwirtschaft trifft Stadt*

In dem neuen Projekt der Heimvolkshochschule am Seddiner See informiert STADTaktiv über die grünen Berufe, Ernährung und Landwirtschaft an Schulen der Sekundarstufe 1 und 2. Der besondere Fokus des Projektes liegt dabei in den städtischen Gebieten Brandenburgs. Hierbei ergänzt dieses Angebot die bereits etablierten Projekte LANDaktiv und AGRARaktiv, die diese Themen im ländlichen Brandenburg umsetzen. Durch zielgruppengerechte Angebote wird das Thema Ernährung und Landwirtschaft schon den jüngsten Gruppen nahegebracht und diese auch an ausgewogene und regionale Kost herangeführt.

**15:30 Uhr Zubereitung der Speisen in Kleingruppen**

*Neben dem Kochen erfolgt ein Austausch in sog. Murmelgruppen zu: dem Mehrwert der Stärkung regionaler Wirtschaftskreisläufe und Wertschöpfungsketten im ländlichen Raum*

**16:30 Uhr Kurzimpuls „Regionale Produkte in der Gemeinschaftsverpflegung und der Beitrag für die ländlichen Räume“**

*Olga Graf, Kantine Zukunft*

Die Kantine Zukunft arbeitet für die nachhaltige Transformation der Gemeinschaftsgastronomie. Durch aktive und langfristige Beratung in Kantinenküchen, mit Koch-Workshops, Exkursionen und Vernetzungsveranstaltungen, verändern sie gemeinsam mit den Küchenteams die Kantinenlandschaft hin zu mehr Qualität und Wertschätzung. Ziel der Kantine Zukunft ist es Kantinen als Orte zu gestalten, an denen gesunde, nachhaltige und schmackhafte Mahlzeiten angeboten werden

**16:45 Uhr Zubereitung der Speisen in Kleingruppen**

*Neben dem Kochen erfolgt ein Austausch mittels der Methode „Advocatus Diaboli“ zur Aussage: „Eine nachhaltige Ernährung ist nicht für alle möglich, da besonders einkommensschwache Familien wenig Auswahl haben“*

**17:30 Uhr gemeinsamer Verzehr aller Gerichte und Feedbackrunde im Außenbereich**

**18:15 Uhr Abschluss der Veranstaltung**

Alle Teilnehmenden erhalten die Rezepte zum Nachkochen für Zuhause

**Durch den Tag begleitet uns Anja Heinrich von DIE ESSPRAXIS.**

DIE ESSPRAXIS bietet Beratung im Bereich Ernährung, Kochkurse, Rezeptentwicklung und betriebliche Gesundheitsmaßnahmen an. Darüber hinaus unterstützen Sie bei der Erstellung von maßgeschneiderten Ernährungskonzepten bei unterschiedlichen medizinischen Voraussetzungen der Kunden, geben Workshops für Kinder und Jugendliche und beraten zusätzlich bei Fördermittelbeantragungen.

**Für die Teilnahme an der Veranstaltung wird ein Teilnahmebeitrag in Höhe von 17,85 Euro erhoben – bitte bringen Sie diesen Betrag passend in Bar mit.**