

## [Gerechtes Essen]

Hast du schon den Film „Die Reise der Pflanzen gesehen? Wenn nicht, dann schau ihn dir mal an. <https://historyoffood.sodi.de/videos/die-reise-der-pflanzen/>

Dort erfährst du, dass die Geschichte der Pflanzen und somit und die Produktion unserer Nahrungsmittel mit sehr viel Ungleichheit in der Welt zusammenhängen. Im Folgenden wollen wir nun schauen, wie gerecht oder ungerecht unser Essen ist.

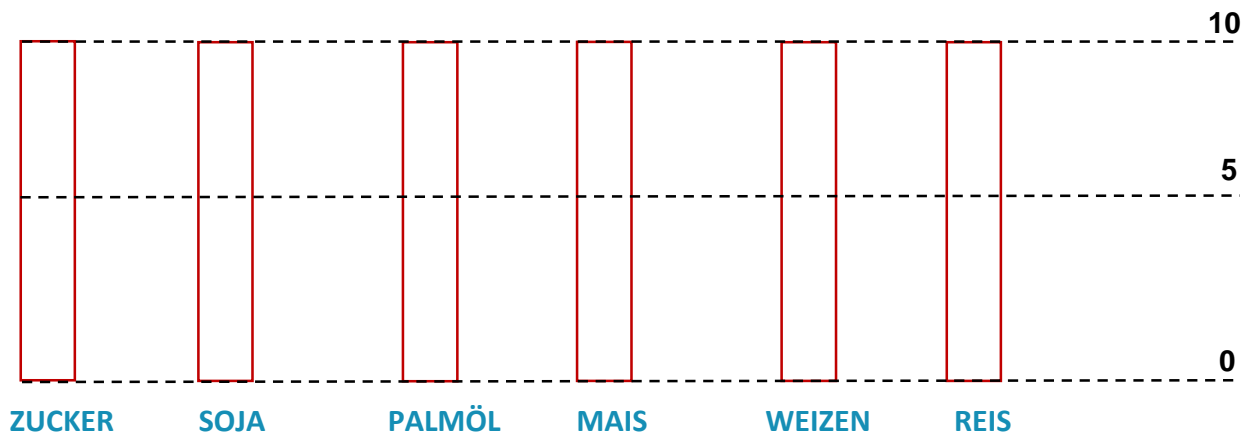
- [1] Überlege dir **drei Gerichte**, die du vergangene Woche gegessen hast und schreibe sie auf.

---

---

---

- [2] Schätze ab, wie viel von den jeweiligen Pflanzen für deine Gerichte benötigt wurden. Male dafür die Säulen je nach Menge aus.  
(10 = sehr viel; 5 = mittel viel; 0 = gar nichts)



- [3] Erinner dich nun an die Geschichten der verschiedenen Pflanzen. Wo könnte dein Essen Ungerechtigkeit auf der Welt verstärkt haben? Nenne drei Orte und erläutere, warum die Menschen dort ungerecht behandelt werden.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

- [4] Erstelle nun einen Essensplan für die nächste Woche. Welche Gerichte könntest du kochen, ohne dass Menschenrechte verletzt werden?

**TIPP:** Informiere dich im Video „Held\*innen für gerechte Landwirtschaft“ <https://historyoffood.sodi.de/videos/heldinnen-fuer-gerechte-landwirtschaft/> über Handlungsmöglichkeiten gegen Ungerechtigkeiten beim Thema Ernährung.

**MONTAG**

**DIENSTAG**

**MITTWOCH**

**DONNERSTAG**

**FREITAG**

**SAMSTAG**

**SONNTAG**