GUDENSBERG
Geschichtserlebnis

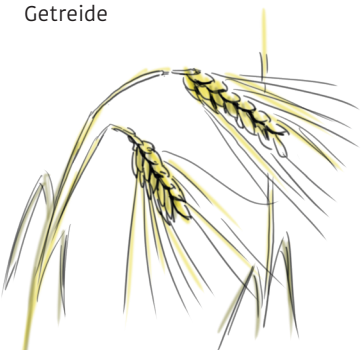
Getreide mahlen

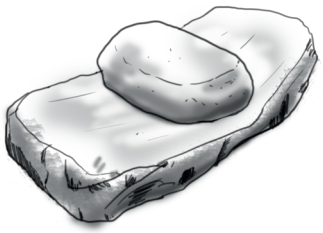
Seit Tausenden von Jahren ist Getreide das wichtigste Nahrungsmittel für uns Menschen. Reis in Asien, Mais in Amerika und Weizen in Europa sind auch heute noch die wichtigsten Bausteine für unsere Ernährung. Getreideerzeugnisse liefern über 40 % der Nahrungsenergie, die der Mensch täglich braucht.

Schon vor 30.000 Jahren, als die Steinzeitmenschen noch als Jäger und Sammler unterwegs waren, mahlten und kochten sie Pflanzen, vor allem Getreidekörner. Das zeigen Spuren an Steinzeit-Werkzeugen. Die Menschen hatten herausgefunden, dass sie Grassamen zwischen zwei Steinen zerreiben konnten, um an den schmackhaften und nährstoffreichen Inhalt der Getreidekörner zu kommen.

Das Mehl wurde zu einem nahrhaften Brei und zu Broten verarbeitet. Zuerst wurden wohl einfache Fladen aus Getreidemehl und Wasser hergestellt, geröstet auf heißen Steinen am Feuer.

Getreide

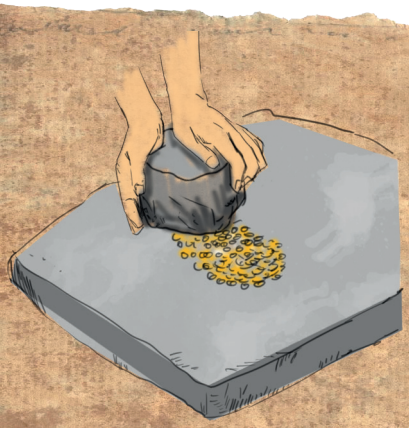




Ein steinzeitlicher Mahlstein

Getreide mahlen

Schon früh in der Menschheitsgeschichte wurden Pflanzen, wie Nüsse oder Kräuter, zwischen Steinen zerquetscht oder zermahlen. In der Jungsteinzeit entdeckten die sesshaften Bauern, dass sich mit einem großen Stein als Unterlage und einem kleineren Stein zum Reiben Getreidekörner zerkleinern lassen. Auch wenn dies eine schwierige und langwierige Arbeit war, konnten durch das gewonnene Mehl viele Menschen satt werden.



Getreide mahlen wie in der Steinzeit

Mache dein eigenes Mehl!

Hol dir ein paar Handvoll Getreidekörner, zum Beispiel Weizen oder Dinkel. Die gibt es im Supermarkt oder im Bioladen.

Such dir einen rauen Stein zum Mahlen und einen sauberen, großen Stein als Unterlage. Dafür ist auch ein Stein-Fußboden geeignet.

Zermahle nun mit dem Stein in der Hand das Getreide. Probier aus, was am besten funktioniert, um die Schale vom Getreide aufzubrechen: draufschlagen, quetschen oder hin- und herreiben.

Wenn du helles Mehl aus den Körnern gewonnen hast, trenne es mit einem Pinsel von den Getreidehüllen und sammle es in einer Schale. Mach immer weiter, bis du eine Handvoll Mehl zusammen hast. Daraus kannst du später einen Steinzeitbrei oder einen Brotfladen zubereiten.

Herausgeber: Magistrat der Stadt Gudensberg
Kasseler Str. 2, 34281 Gudensberg
Tel.: 0 56 03 / 93 3-0
E-Mail: i.seifert-roesing@stadt-gudensberg.de
www.gudensberg.de
Konzeption, Redaktion: Ingo Seifert-Rösing
Gestaltung und Illustrationen: xform.de, Thilo Hadamovsky

Die Stadt Gudensberg freut sich über Ihre Rückmeldungen zu diesem Infoblatt.

HESSEN

Europäischer Landwirtschaftsfonds für die Entwicklung des ländlichen Raums: Hier investiert Europa in die ländlichen Gebiete.

LEADER

netzwerk* Ländliche Räume

LEADER-Region Casseler Bergland
Region Kassel-Land e.V.