

Von Besichtigungen, Genussabenden vielen An- geboten für Kinder sowie unterschiedliche Mit- machaktionen ist alles dabei. Wir freuen uns darauf, vielen Braunschweiger*in- nen das Thema regionale und klimafreundliche Ernährung näher zu bringen.

Der Ernährungsrat Braunschweig hat zum Ziel, für die Stadt Braunschweig eine regionale und klimafreundliche Ernährungspolitik zu gestalten. Die Stadt Braunschweig will bis 2030 klimaneutral werden und etwa 20 Prozent aller Treibhausgas- emissionen gehen auf das Konto Ernährung. Jede Aktivität in Richtung einer klimafreundlichen Er- nährung führt also zu einer Reduzierung unserer Treibhausgasemissionen. Mit den verschiedenen Veranstaltungen des zwei- ten Ernährungsfestivals in Braunschweig möchten wir Interessierte einladen, sich auf genussvolle Art mit dem Thema nachhaltige Ernährung zu beschäftigen.



Holger Herlitschke
Umweltdezernent der Stadt Braunschweig

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Teilnehmenden am Good Food Festival, im Namen der Stadt Braunschweig wün- sche ich Ihnen eine interessante Veran- staltungsreihe und den Veranstaltenden einen erfolgreichen Verlauf. Auf Sie warten spannende und abwechs- lungsreiche Angebote rund um das Thema Ernährung, regionale Produkte und nicht zuletzt Ausflüge in die Umgebung, um verschiedene Angebote zu probieren.

FESTIVALMONAT

01.09. - 30.09.

FESTIVALMONAT
01.09. - 30.09.

2024

GOOD FOOD FESTIVAL

IN BRAUNSCHWEIG

REGIONAL.
FAIR.
KLIMAFREUNDLICH.

GIERSCHSUPPE

ZUTATEN:
700 g Kartoffeln
mundgerechte Würfel und
hacke die Zwiebel fein und
2 handvoll Giersch
brate sie an.
1 Gemüsebrühe
2 EL Öl
Salz und Pfeffer

Wasche den Giersch und
hacke ihn grob gebe ihn zu
der Suppe und püriere sie.
Lösche mit der Gemüse-
brühe ab und koche die Kar-
toffeln zwanzig Minuten lang,
bis die Kartoffeln weich sind.

PAPRIKAUFSTRICH

ZUTATEN:
1 EL Olivenöl
1 Knoblauchzehen
2 rote Paprika
60 g Cashewkerne
1 TL Paprika edelsüß
Salz und Pfeffer

Das Gemüse klein-
schneiden und in Öl in
einer Pfanne erhitzen.
Cashews dazu geben
und einige Minuten
rösten.
Zutaten in einen Mixer
geben und fein oder
grob pürieren. Mit Salz
und Pfeffer abschme-
cken.

FÖRDERER

VERANSTALTER

KOOPERATIONSPARTNER

Gestaltung:
www.sarahstodtmeister.studio



Veranstalter.

Förderer.



VERANSTALTUNGEN

TRASH!?-DINNER

MONTAG, 02.09. | 17 - 20 UHR

Erlebt einen unvergesslichen Abend mit einem köstlichen 3 Gänge-Menü, das aus geretteten Lebensmitteln zubereitet wird. Lasst Euch kulinarisch verwöhnen und tut gleichzeitig etwas Gutes für die Umwelt. Denn hier heißt es: „Auf den Teller statt in den Müll!“ Futter Teresa ist bunt und vielfältig wie das Leben, und Euer Ort für Lebensmittelrettung in Braunschweig. Anmeldung über info@futter-theresa.de

📍 Staatstheater Braunschweig, Kleines Haus, 5kW, Magnitorwall 18, BS

BROTAUFSTRICH-BRAVOUR: VEGETARISCHE & VEGANE KREATIONEN ZUM VERLIEBEN

MITTWOCH, 04.09. | 16 - 18 UHR

Lass uns deine Brotzeit revolutionieren! Hier lernst du, wie du mit kreativen Rezepten köstliche vegetarische und vegane Brotaufstriche herstellst, die nicht nur gesund, sondern auch unglaublich lecker sind. Die Zutaten für die Brotaufstriche ernten wir größtenteils frisch im Ludwigsgarten.

📍 Ludwigsgarten, Ludwigstr. 15, BS

HOCHBEETBAU UND - BEPFLANZUNG

DONNERSTAG, 05.09. | 16 - 18 UHR

Im Stadtgarten wird seit fast 10 Jahren in Hochbeeten gegärtnert und wir geben unsere Erfahrung gern weiter. Wir haben unser System auf dauerhafte Befüllung für 8-10 Jahre Standzeit ohne Erdaustausch optimiert und zeigen Euch, wie's geht und wie die Fruchtbarkeit so lange erhalten bleibt. Wir sprechen auch über Vorzüge und mögliche Nachteile der Hochbeetgärtnerei und natürlich gibt's Tipps zum Anbau und für reiche Ernte.

📍 Stadtgarten Bebelhof, Schefflerstr. 34, BS

FERMENTIERTE GETRÄNKE-VARIATIONEN

SAMSTAG, 07.09. | 11 - 14 UHR

Gesunde und schmackhafte Getränkealternativen zu süßen Brausen und Energydrinks selbst herstellen. Mithilfe von z.B. Scobies, wilden Hefen oder Wasserkefirknollen stellen wir erfrischende Trinkfermente und Apfelessig her.

📍 Nachhaltigkeitszentrum, Bohlweg 55, BS

HOFBESICHTIGUNG UND VERKOSTUNG

DONNERSTAG, 12.09. | 16 - 18 UHR

Beim Klostergut Dibbesdorf handelt es sich um einen Bioland Hof mit geschlossenem Hofladen. Der Betrieb ist gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen. (20 Minuten, Bus 230 ab Rathaus). Neben dem Angebot im Hofladen stellen die Betreiber auch ihr Konzept der Selbstbedienungsaufgaben vor, die sie an mehreren Stellen im Stadtgebiet aufgestellt haben, um z.B. Eier oder frische Milch zu verkaufen. Im Hofladen wird es eine Verkostung der hofeigenen Produkte geben. Besichtigung und Verkostung: 10,- €; vor Ort zu bezahlen.

📍 Klostergut Dibbesdorf, Am Markt 5, BS

GEMÜSE- UND WILDKRÄUTER-KUNST MIT PIZZA UND GENUSS

SONNTAG, 15.09. | 14 - 17 UHR

Wir werden Wild- und Beikräuter kennen lernen, die wir mit frischem Gemüse von der Solawi-Dahlum zu einem Blumenbild auf Pizzateig arrangieren und im Stadtgarten Bebelhof gemeinsam genießen. Wenn ihr Lust habt, euch für die nächste Party oder für ein besonderes Geschenk Anregungen zu holen, dann kommt zum DIY Workshop in den Stadtgarten. Kinder ab 8 Jahren mit oder ohne Eltern sind willkommen!

📍 Stadtgarten Bebelhof, Schefflerstr. 34, BS

POMMES UND SPAGHETTI AUS DEM GARTEN?? NA KLAR!

MONTAG, 16.09. | 16 - 18 UHR

Pommes rot-weiß und Spaghetti mit Soße - sind das auch deine Lieblingsgerichte? Kannst du dir vorstellen, dass dieses leckere Essen im Garten wächst und du es pflücken und dann selber zubereiten kannst? Wir zeigen dir wie es geht und freuen uns auf ein gemeinsames tolles Liebessessen! Für Kinder ab 6 (mit oder ohne Eltern)

📍 Stadtgarten Bebelhof, Schefflerstr. 34, BS

GENUSS UND WISSEN

MITTWOCH, 18.09. | 17 - 20 UHR

In Kooperation mit dem Verein „Fair in Braunschweig e.V.“ und der Magnigemeinde wird im Rahmen der Fairen Woche ein dreigängiges Menü auf dem Magnikirchplatz angeboten. Als Zutaten werden primär Lebensmittel aus dem Eine-Welt-Laden Braunschweig zum Kochen verwendet. Vor bzw. zwischen den einzelnen Gängen gibt es Informationen z.B. zum Thema Welt-ernährung. In einem weiteren Mini-Vortrag geht es um die verschiedenen Bio- und Fairtradesiegel beim Einkaufen. Außerdem berichtet der Verein Fair in Braunschweig e.V. von der konkreten Zusammenarbeit mit Produzenten aus dem globalen Süden. Alle Teilnehmenden erhalten am Ende des Abends ein Rezeptheft mit ca. 10 verschiedenen Gerichten zum Nachkochen.

📍 Magniplatz, Hinter der Magnikirche 7, BS

KINDER-APFEL-TAG IM QUARTIER

FREITAG, 20.09. | 16 - 18 UHR

Apfel-Aktion zum Weltkindertag am Schwarzen Berg: Wir sammeln gemeinsam Äpfel am Ölper See und verarbeiten sie anschließend im Quartier:HAUS zu verschiedenen Apfel-Leckereien - und natürlich genießen wir diese dann zum Abschluss beim gemeinsamen Picknick auch alle zusammen. Für Kinder ab 6 mit und ohne Eltern.

📍 Quartier:PLUS, Am Schwarzen Berg, Ligusterweg 22, BS

SCHNIPPELZEIT

SAMSTAG, 21.09. | 11 - 14 UHR

Als eine lebendige Aktion für Menschen gestalten wir mit euch und anderen Initiativen am Parking Day in Braunschweig eine ERBSL-Schnippelzeit. Ehrenamtliche vom Ernährungsrat Braunschweig schnippeln und kochen mit euch aus geretteten Lebensmitteln etwas Leckeres, das wir dann gemeinsam essen und dabei über eine Ernährungs- und Verkehrswende diskutieren können.

📍 Neue Straße, BS

FAIRES KULTURFRÜHSTÜCK

SAMSTAG, 21.09. | 11 - 14 UHR

Wir servieren ein leckeres und buntes Frühstücksbuffet, bei dem fast ausschließlich Produkte aus dem Fairen Handel serviert werden. Dazu gibt es Informationen über die positiven Auswirkungen des Fairen Handels auf Produzenten und Gemeinden weltweit. Ein besonderes Highlight ist die musikalische Begleitung am Klavier und Gesang, die für eine entspannte Atmosphäre sorgt. Eine Veranstaltung von „Fair in Braunschweig e.V.“.

* Anmeldungen bitte an: n.gerlach@fair-in-braunschweig.de
Tickets gibt es für 10,- € p. P., ermäßigt 5,- €.

📍 Haus der Kulturen, Am Nordbahnhof 1A, BS

FLUSSBEWUSST: NACHHALTIGER FISCHGENUSS IN BRAUNSCHWEIG

DONNERSTAG, 26.09. | 17 - 20 UHR

Taucht ein in die Welt der regionalen Gewässer und entdeckt die Vielfalt der heimischen Fischpopulationen. Wir erlernen praktische Fertigkeiten, entdecken traditionelle Techniken wieder und erhalten dabei einen neuen Blick auf unsere kulinarischen Möglichkeiten. Gemeinsam für mehr Verständnis und einen nachhaltigen Umgang mit heimischen Gewässern! Eine Veranstaltung mit „Futter Teresa“.

📍 Haus der Familie, Kaiserstr. 48, BS

PILZE IM EINKAUFSKORB UND IN DER PFANNE

FREITAG, 27.09. | 17 - 20 UHR

Im Workshop mit dem Braunschweiger Pilz-Experten Harry Andersson geht es zunächst um allgemeine Fragen wie z.B.
- Pilzarten (Sorten) vorstellen
- Waschen oder nicht waschen
- Rohverzehr oder Zubereitung
- Lagerung, Einfrieren
Anschließend werden sowohl Wildpilze (Steinpilz, Pfifferling, Maronenröhrling) als auch Kultur- bzw. Zuchtpilze (z.B. Champignon, Austernseitlinge, Mu Err) vorgestellt und gemeinsam verarbeitet.

📍 Waldforum Riddagshausen, Ebertallee 44, BS

BRAUNSCHWEIGER APFELTAG

SONNTAG, 29.09. | 11 - 16 UHR

Mit Unterstützung von Lastenrädern werden wir auf vier verschiedenen geführten Fahrradtouren öffentlich zugängliche Apfel- und andere Obstbäume kennenlernen, gemeinsam Äpfel sammeln und diese anschließend mit einer mobilen Saftpresse auf dem Magnikirchplatz zu frischem Saft pressen.

Parallel zum Mosten findet auf dem Platz ein Familienfest statt mit Angeboten für Kinder, Infoständen und kulinarischen Angeboten. In Kooperation mit „Most-wanted“ und der Magnigemeinde.

Nähere Informationen unter www.most-wanted.de

📍 Magnikirchplatz /Hinter der Magnikirche 7, BS

FÜR DIE NATUR – LEBENSMITTELRETTUNG MIT (MUSIK-) GENUSS


SONNTAG, 29.09. | 17 - 19 UHR

Warum nicht einmal Musikgenuss mit Lebensmittelrettung verbinden: Die Stephanus-Gemeinde und die Altistin Dagmar Barth-Weingarten laden ein zu romantischen Liedern, u.a. von Schumann, Mendelssohn und Elgar, begleitet am Flügel von Hisae Otsuka-Stroh. Anschließend ist Gelegenheit, bei gerettetem Brot, Obst und Gemüse mit Foodsharing, der AG Lebensmittel des Ernährungsrats Braunschweig, der Stephanusgemeinde und anderen ins Gespräch zu kommen.

📍 Gemeindehaus Stephanusgemeinde Heidberg, Halberstadtstr. 9, BS



VERANSTALTUNGSHINWEISE

- + Die Veranstaltungen sind kostenlos.
- Ausnahmen: Hofbesichtigung+Faires Kulturfrühstück
- + Eine Anmeldung ist grundsätzlich nicht erforderlich. Ausnahmen: Trash-Dinner+Faires Kulturfrühstück
- + Weitere Infos zu den Workshops sind im Internet über den QR-Code zu finden.
- + Veranstaltungen für Kinder sind mit  gekennzeichnet.
- 📍 Veranstaltungsorte



MEHR ZUM PROGRAMM.

