



## ERNÄHRUNGSTRENDS IN SACHEN BROT: VOM GRUNDNAHRUNGSMITTEL ZUM LIFESTYLE-PRODUKT

Schon seit Jahrhunderten bildet es einen gehaltvollen Rahmen für den Tagesablauf. Es begegnet uns in den verschiedensten Variationen und Darreichungsformen. Dabei stets schmackhaft und sättigend: das Brot. Dank ernährungswissenschaftlicher Erkenntnisse wissen wir heute, wie wir das Beste aus ihm heraus holen – für unseren Genuss, unser Wohlbefinden und als wichtiger Beitrag für die menschliche Gemeinschaft.

In dieser Unterrichtseinheit beleuchten wir anhand verschiedener Textsorten die kulturell tradierten Rituale von Frühstück und Abendbrot. Dabei nehmen wir das Frühstück – leider viel zu häufig stiefmütterlich behandelt – in Bezug auf ernährungsphysiologische Aspekte unter die Lupe: Warum sollten wir der ersten Mahlzeit des Tages, vor allem auch im hektischen Alltag, mehr Aufmerksamkeit widmen? Woraus

besteht ein ausgewogenes Frühstück? Und welche Auswirkungen hat es auf unsere Leistungsfähigkeit? Der kulinarische Abschluss eines Tages – das klassische Abendbrot – spielte im täglichen Speiseplan vor allem in früheren Zeiten eine wichtige Rolle. Inwiefern erlauben genauere Betrachtungen dieser Nahrungsaufnahme Rückschlüsse auf die Entwicklung der Gesellschaft? Und: Wofür steht das Abendbrot in der Lyrik? Im Anschluss an die Klassiker des Brotverzehrns wenden wir uns den aktuellen Trends in deutschen Backstuben zu. Unter Zuhilfenahme moderner Werbemethoden werden die Schüler/-innen angeregt, sich intensiv mit diesen Trends zu beschäftigen und in Eigeninitiative eine überzeugende Werbekampagne zum Thema Brot als Lifestyle-Produkt zu entwickeln und zu präsentieren.

**INHALTLICHE SCHWERPUNKTE DER UNTERRICHTSEINHEIT**

- Ein ausgewogenes Frühstück und seine Bedeutung für den Blutzuckerspiegel
- Das Abendbrot in Literatur und Musik
- Brot in der Werbung – früher und heute
- Zeitgemäße Werbestrategien für das Brot als Lifestyle-Produkt

**LERNZIELE, METHODEN UND SOZIALFORMEN DER UNTERRICHTSEINHEIT**

- Fachtexte verstehen und auswerten
- aktiv und überzeugend das eigene Wissen kommunizieren
- naturwissenschaftliche Erkenntnisse gewinnen
- Umgang mit verschiedenen Textformen sowie deren Analyse und Interpretation
- künstlerisches Verständnis und Abstraktion
- Projektarbeit: Eine Werbekampagne erstellen
- freies Sprechen
- sinnvolles Feedback zu Präsentationen geben
- Einzel- und Gruppenarbeit, Vorstellung im Plenum, Austausch in der Klasse

**BENÖTIGTE MEDIEN UND MATERIALIEN**

- Arbeitsblatt 3: Materialien für die Projektarbeit, Computer-Arbeitsplätze

**HINWEISE ZUM EINSATZ DER ARBEITSMATERIALIEN****EINSTIMMUNG**

- **Arbeitsblatt 1: Das Frühstück: Initialzündung für den Tag**

Das Auswerten eines Fachtextes und das Verständnis von Prozessen sowie das Umsetzen von Informationen in einfache Schemata (hier in eigene Worte) stehen bei diesem Arbeitsblatt im Rahmen von Aufgabe 1 im Mittelpunkt. Darüber hinaus bietet das materialgestützte Arbeitsblatt mit den Aufgaben 2 und 3 Anlass dazu, das erworbene Wissen in einen erweiterten Kontext zu setzen, praktisch anzuwenden und zu vertiefen. Zur Information (für die Bearbeitung der Aufgabe 2): Ideale Frühstückskomponenten sind Milch und Milchprodukte wie Joghurt, Käse, Quark, reine Obstsäfte, dunkle Brotsorten, vor allem Vollkornbrot. So wenig tierische Fette wie möglich. Das bedeutet: Wenig fetter Schinken oder Speck, stattdessen häufiger Produkte aus Putenfleisch. Schnittlauch und Kresse zum Bestreuen des Brotaufstrichs. Tomaten, Gurken, alle zwei bis drei Tage ein Ei, Müsli aus Getreideflocken, gehackten Nüssen, Rosinen und Früchten der Saison.

**ANWENDUNG**

- **Arbeitsblatt 2: Das Abendbrot – Ein kulturhistorisches Phänomen**

Das Arbeitsblatt beschäftigt sich mit dem deutschen Ritual des Abendbrotes als aussagekräftige Zeitdiagnose und lädt die Schüler/-innen ein, über kulturelle Merkmale und deren Auswirkungen auf verschiedene Bereiche des gesellschaftlichen und privaten Lebens nachzudenken. Die Sensibilisierung dafür, dass kulturelle Rituale und Werte immer auch dem Wandel der Zeit unterworfen sind und sich stets ändern können, regt die Schüler/-innen zu einer Auseinandersetzung mit der eigenen kulturellen Identität an.

In Aufgabe 1 analysieren und diskutieren die Schüler/-innen die Bedeutung des deutschen Abendbrotes anhand des Textes „Was braucht man mehr als Brot, Butter, Wurst und Käse?“ von Thea Dorn und Richard Wagner. Leitfragen führen sie dabei sicher durch das Themenfeld. Sie spüren den Charakteristiken der „deutschen Seele“ nach und versuchen, diese in prägnante Adjektive wie detailverliebt, genügsam, spartanisch, traditionsbewusst, pedantisch, harmoniebedürftig usw. zu fassen. Sie untersuchen die Besonderheiten der deutschen Intellektuellen- und Literatenszene und der klassischen bürgerlichen Familie, um die Ergebnisse schließlich mit ihrer aktuellen Situation und ihnen bekannten, anderen Kulturen zu vergleichen.

In Aufgabe 2 vertiefen die Schüler/-innen ihr Verständnis der eigenen kulturellen Bedingungen. Im Mittelpunkt steht der Songtext „Abendbrot“ der deutschen Band „Element of Crime“. Die Musik bietet über den auditiven Kanal einen alternativen Zugang zum Thema. Der anspruchsvollen Sprache der Lyrics nähern sich die Schüler/-innen schrittweise und arbeitsteilig. In Kleingruppen analysieren sie je zwei Verse unter Berücksichtigung vorgegebener Schlüsselwörter, die den Bedeutungshorizont bereits skizzieren. Dabei geht es um die „Übersättigung“ der westlichen Gesellschaft, in der niemand hungern muss, aber doch den „alten Zeiten“ nachzutrauern scheint. Zeiten, die – so wird vom Liedtext angedeutet – zwar aus harter Arbeit, aber auch echter Freundschaft und Lebenslust bestanden. Dagegen scheint der aktuelle Wohlstand „am Ende des Tages“ lediglich passives und unbefriedigendes Konsumieren und Neid zwischen den Einzelnen zu fördern.

## FESTIGUNG

- **Arbeitsblatt 3: Brotwerbung früher und heute**

Das Arbeitsblatt 3 verbindet historische, kreative und marketingorientierte Aspekte des Bäckerhandwerkes. Die Schüler/-innen werden mithilfe eines einführenden Textes sowie einer analysierenden und kreativen Aufgabe 1 an das Themenfeld der Werbung für das Grundnahrungsmittel Brot herangeführt. Anschließend diskutieren und resümieren sie zeitgenössische Trends und bringen ihr persönliches Wissen ein (Aufgabe 2). Die Projektarbeit der Aufgabe 3 ist offen gestaltet und kann je nach Vorwissen, Vertiefungswunsch und Zeithorizont ausgeweitet werden. Gleichzeitig regt die Aufgabe die Schüler/-innen dazu an, sinnvolle Rückmeldungen zu geben. Stärken Sie hier eine positive, wertschätzende Feedback-Kultur.

- **Arbeitsblatt 4: Multiple-Choice-Test**

Multiple-Choice-Fragen zur gesamten Unterrichtseinheit  
Lösung: 1 D, 2 B, 3 C, 4 A, 5 C

- **Arbeitsblatt 5: Schon gewusst?**

Weiterführende Informationen, Wissenswertes und Anekdoten rund um das Bäckerhandwerk

**FACHBEZOGENE ASPEKTE**

- Biologie: Prozesse verstehen und erklären, Fachsprache
- Deutsch: Erschließung und Interpretation verschiedener Textsorten
- Kunst: die künstlerische Gestaltung von Werbung, kreatives Zeichnen, AIDA-Formel
- Fächerübergreifend: Projektarbeit, Gruppenpräsentationen im Plenum, angemessenes Feedback geben

**WEITERFÜHRENDE HINWEISE UND ANREGUNGEN FÜR DEN UNTERRICHT**

- Das Themenfeld der Werbung (für ein Unternehmen bzw. ein Produkt) des Arbeitsblattes 3 dieser Unterrichtseinheit lässt sich mit dem Arbeitsblatt 3 der Unterrichtseinheit 1 in Bezug auf die Themen Selbstständigkeit und Existenzgründung vertiefen.

**INTERNET-TIPPS**

- [www.baeckerhandwerk.de](http://www.baeckerhandwerk.de)
- [www.brotregister.de](http://www.brotregister.de)
- [www.fruehstuecksbaecker.de](http://www.fruehstuecksbaecker.de)
- [www.museum-brotkultur.de](http://www.museum-brotkultur.de)



# DAS FRÜHSTÜCK – INITIALZÜNDUNG FÜR DEN TAG

## 1. PROZESSE VERSTEHEN UND ERKLÄREN



Lesen Sie den Text und erklären Sie mit eigenen Worten die Auswirkungen unserer Ernährungsweise auf die Blutzuckerregulation.

Das globale Dorf rückt zusammen? Mag sein. Aber nicht beim Frühstück. Da bleiben die kulturellen Unterschiede bestehen. Anscheinend ist der Mensch, gleich welcher Nation, direkt nach dem Aufstehen noch nicht für Experimente zu haben. Natürlich spielen dabei auch geografische und klimatische Bedingungen eine Rolle – so ist in Asien nicht zufällig Reis oder in Skandinavien Fisch das zentrale Lebensmittel – auch beim Frühstück. Und hierzulande ist es eben Brot, das als Kernstück jeden Frühstückstisch zierte – im Idealfall. Leider nehmen sich viele Menschen viel zu selten Zeit und Muße für ein ausgiebiges Frühstück.

### DIE WICHTIGSTE MAHLZEIT DES TAGES

Dabei sind sich Ernährungswissenschaftler einig darüber, welche zentrale Bedeutung ein ausgewogenes Frühstück für den Start in einen erfolgreichen Tag hat. Nach Erkenntnissen des Imperial College in

London (ICL) ist das Frühstück sogar die wichtigste Mahlzeit des Tages! Denn: Wer gut gefrühstückt hat, leistet wesentlich mehr, tut seinem Organismus Gutes und ermüdet nicht so schnell wie jemand, der gar nicht oder nicht ausreichend gefrühstückt hat. Ein ausgewogenes Frühstück kann zudem dazu beitragen, gesundheitliche Risiken zu mindern sowie das Gehirn und andere lebenswichtige Organe zu schützen. Bedeutet das im Umkehrschluss: Wer ohne Frühstück aus dem Haus geht, gefährdet auf Dauer seine Gesundheit? Richtig! Und nicht nur das: Frühstücksmuffel laufen zudem Gefahr, langsam aber sicher übergewichtig zu werden. Auf eine Mahlzeit zu verzichten und trotzdem zuzunehmen mag paradox klingen. Aber tatsächlich: Eine Studie der amerikanischen „National Weight Control Registry“ hat ergeben, dass für Menschen, die dauerhaft auf das Frühstück verzichten, das Risiko, übergewichtig zu werden, sogar um bis zu 450 (!) Prozent steigt.



## GESUND UND SCHLANK DURCH EIN AUSGEWOGENES FRÜHSTÜCK: WO GENAU BESTEHT DA DER ZUSAMMENHANG?

Einen wesentlichen Einfluss hat hier unser Blutzuckerspiegel. Er gibt den Zucker- bzw. Glukosegehalt im Blut an und regelt unseren Appetit. Durch ein fein abgestimmtes Hormonsystem reguliert der Körper den Blutzuckergehalt. Alpha-Zellen, auch als  $\alpha$ -Zellen bezeichnet, liegen zusammen mit den Beta-Zellen ( $\beta$ -Zellen) in den Inselzellen der Bauchspeicheldrüse. Beide Zelltypen haben eine gegensätzliche Wirkung auf den Blutzuckerspiegel.

Während die Beta-Zellen das Blutzucker senkende Hormon Insulin produzieren, wird in den Alpha-Zellen das Hormon Glukagon hergestellt, das eine den Blutzucker erhöhende Wirkung hat. Es stimuliert die Leber, Glukose in den Blutkreislauf auszuschütten und damit einer Unterzuckerung entgegenzuwirken.

Im Zusammenspiel bewirken diese beiden Hormone, dass der Blutzuckerspiegel innerhalb bestimmter Grenzen konstant gehalten wird. Nur so wird sichergestellt, dass die Zellen des Körpers weder zu wenig noch zu viel Energie erhalten.

Der Blutzuckerspiegel steigt vor allem nach der Aufnahme kohlenhydratreicher Nahrung an. Als Reaktion darauf wird von den Beta-Zellen Insulin ins Blut ausgeschüttet.

Der Körper macht während der Nacht eine Fastenphase durch, in der er von seinen Reserven zehrt. Daher ist der Blutzuckerspiegel am Morgen zumeist besonders niedrig. Das Frühstück dient dazu, ihn wieder anzuheben.

## FRÜHSTÜCKSMUFFEL VERGEBEN EINE RIESENCHANCE, FIT UND GUT GELAUNT IN DEN TAG ZU STARTEN

Wer hektisch ein Alibifrühstück – zumeist viel zu kohlenhydrathaltig – in sich hineinstopft oder sogar mit nüchternem Magen das Haus verlässt, tut sich also keinen Gefallen: Im Laufe des Vormittags sinkt der Blutzuckerspiegel deutlich unter das Normal-Niveau. Der Frühstücksmuffel rutscht in ein Leistungstief und sein Körper reagiert mit starkem Verlangen nach

einfachen Kohlenhydraten, um den Blutzuckerspiegel schnell wieder hoch zu puschen und Energie zu gewinnen. Häufig werden diese Heißhungerattacken mit Schokolade, Keksen und anderen Snacks sowie zuckerhaltigen Getränken bekämpft. Da Kohlenhydrate und Zucker besonders schnell ins Blut gelangen, jagt der Blutzuckerspiegel in die Höhe. Auf diese Energieexplosion reagiert der Körper mit einer verstärkten Insulinausschüttung – die nächste Heißhungerattacke ist vorprogrammiert.

Dieser Teufelskreis wiederholt sich dann im Laufe des Tages zwei bis drei Mal und verursacht ständig schwankende Blutzuckerwerte. Diese gelten als eine der Hauptursachen für das Entstehen von Diabetes, Bluthochdruck und Übergewicht.

Dass es gar nicht erst so weit kommt, können wir durch unser Frühlstücksverhalten beeinflussen. Am Morgen mit einer energiedichten Mahlzeit zu beginnen, kann den Blutzucker den ganzen Tag über in einem gesunden Bereich halten, Heißhunger auf Süßes und Fetttes dämpfen und die Vitalität dauerhaft fördern.

## DOCH WIE SIEHT EIN AUSGEWOGENES FRÜHSTÜCK AUS, DAS LANGE SATT HÄLT?

Damit der Körper ausreichend vom Frühstück zehren kann, sollte die Mahlzeit vor allem ballaststoff- und eiweißreich sowie kohlenhydrathaltig sein, jedoch arm an Fett. Ebenfalls wichtig sind Mineralstoffe, Vitamine und Spurenelemente.

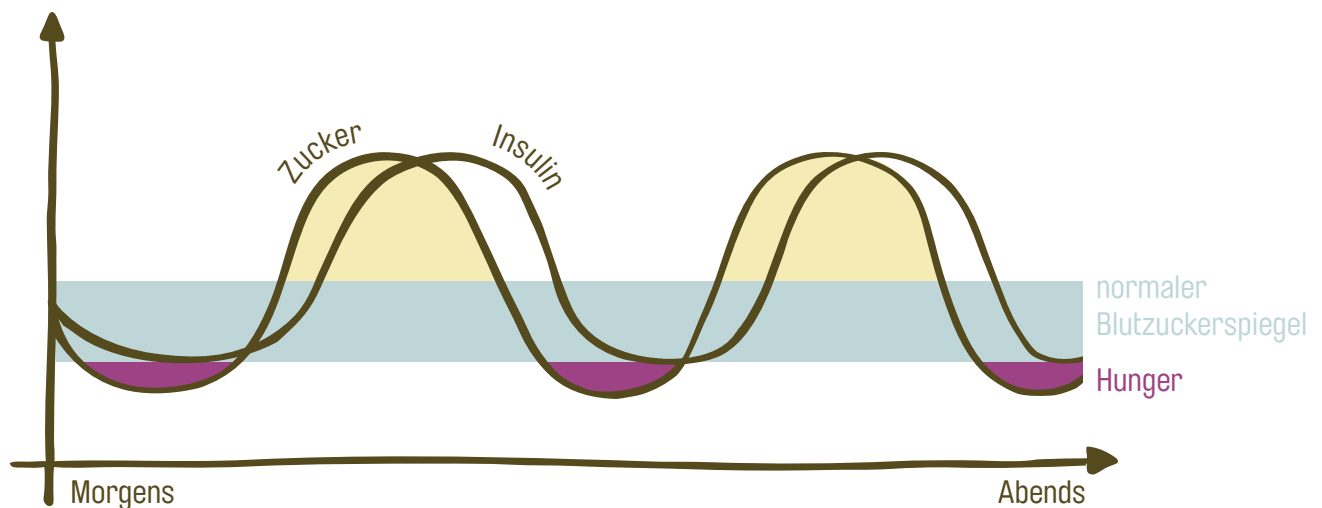
Auch der glykämische Index (GI) oder auch Glyx-Wert, der unmittelbar auf den Blutzuckerspiegel wirkt, ist hier von Bedeutung. Günstig sind Speisen mit einem niedrigen Glyx-Wert, da sie den Blutzuckerspiegel konstant halten.

Seit Neuestem wissen Experten, dass ein stabiler Blutzucker sogar den ganzen Tag anhält, wenn wir morgens zu bestimmten Getreidesorten greifen. Vor allem Roggen- und Gerstenbrot beschern bis zu zehn Stunden Stabilität. Das liegt an ihrer speziellen Kombination aus niedrigem GI mit unverdaulichen Ballaststoffen und Stärken.

**INFO-KASTEN:**

Der Glykämische Index ist eine Messgröße für Lebensmittel, in welchem Umfang sie den Blutzuckerspiegel beeinflussen. US-amerikanische Wissenschaftler sagen, dass Nahrungsmittel mit einem niedrigen Glykämischen Index für Diabetiker gesünder sind, weil sie im Gegensatz zu einem hohen Glykämischen Index keine großen Schwankungen des Blutzuckers hervorrufen, sondern nur leichte Veränderungen. Sie haben festgestellt, dass Menschen, die frühstückten und dabei Lebensmittel mit niedrigem Glykämischen Index verzehrten, einen niedrigeren Blutzuckerspiegel nach dem Frühstück und sogar dem Mittagessen hatten, als diejenigen, die nicht frühstückten oder nicht auf den Glykämischen Index achteten.

Grafik: So sieht der Blutzuckerspiegel von Frühstücksmuffeln aus

**2. WISSEN ANWENDEN**

Stellen Sie für die folgenden drei Frühstückstypen ein ausgewogenes Frühstück zusammen und begründen Sie Ihre Wahl.

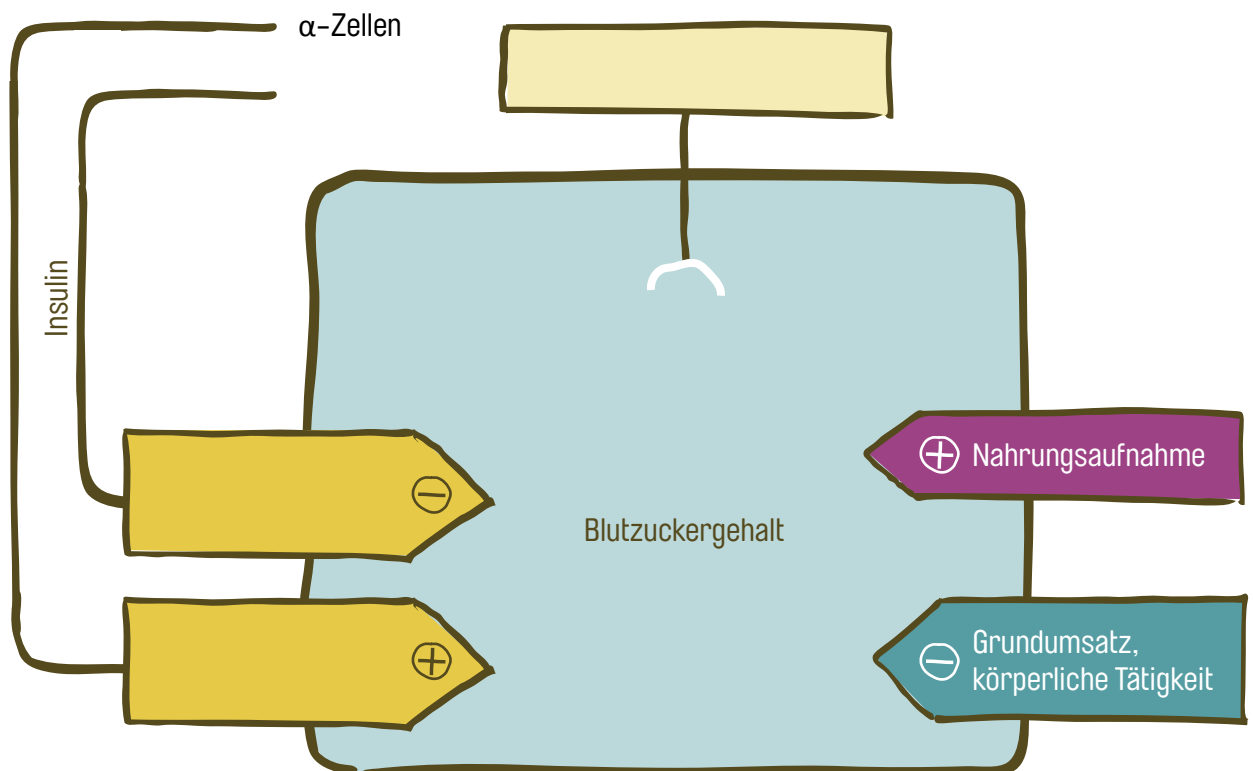
- A: Süßer Typ
- B: Herzhafter Typ
- C: Sowohl als auch-Typ

Und was für ein Frühstückstyp sind Sie?

### 3. DIE BLUTZUCKERREGULIERUNG



Die Grafik zeigt ein vereinfachtes Regelschema der Blutzuckerregulierung. In einigen Feldern fehlt die jeweilige Funktionsbezeichnung. Setzen Sie unter Berücksichtigung der Informationen, die Sie aus dem Text zum Thema „Frühstück“ gewonnen haben, die passenden Begriffe in die leeren Felder ein.





## DAS ABENDBROT – EIN KULTURHISTORISCHES PHÄNOMEN

Nach Vollendung des Tagwerks versammelt sich die Familie um den Tisch und zelebriert gemeinsam die abendliche Mahlzeit – brotbasiert, kalt, komponentenreich, deftig und lecker. Zumeist zur stets gleichen Uhrzeit und nach dem immer gleichen Schema: Wer sitzt wo? Und wer bekommt das letzte Essig-Gürkchen? So gestaltete sich das Ritual des Abendbrotes vor allem in früheren Zeiten, als der Alltag noch wesentlich reglementierteren Einteilungen unterlag.

Das Abendbrot ist ein interessantes Phänomen deutscher Kulturgeschichte, das zu genaueren Betrachtungen verleitet.

### 1. LESEN, ANALYSIEREN UND BESPRECHEN



Lesen Sie den Text „Was braucht man mehr als Brot, Butter, Wurst und Käse?“ aufmerksam durch und unterstreichen Sie die Textstellen, die die Bedeutung des deutschen Abendbrotes besonders herausheben. Lösen Sie anschließend die folgenden Aufgaben.

a) Beschreiben Sie mit eigenen Worten, was zu einem traditionellen deutschen Abendbrot dazugehört.

b) Analysieren Sie die Bedeutung des Abendbrotes, indem Sie folgende Leitfragen in Partnerarbeit beantworten und anschließend in der gesamten Klasse besprechen:

- Was sagt das hier beschriebene Abendbrot über die „deutsche Seele“ und die Vorlieben des Deutschen aus? Versuchen Sie, Ihre Ergebnisse in einer Liste prägnanter Adjektive, die „den Deutschen“ beschreiben, zusammenzufassen.
- Welcher Zusammenhang besteht zwischen dem Abendbrot und dem Zusammentreffen deutscher Intellektueller und Literaten?
- Was sagt die Darstellung des Abendbrotes über die deutsche Familienkultur aus?

c) Diskutieren Sie in der Klasse, inwiefern sich das Abendbrot bis heute verändert hat. Orientieren Sie sich dabei an folgenden Leitfragen:

- Was meinen die Autoren mit der Aussage, der deutsche Geist sei in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts „feister“ geworden?
- Ist das im Text beschriebene Abendbrot heute noch zeitgemäß? Begründen Sie Ihre Einschätzung.
- Wie sieht das Abendbrot bei Ihnen aus?
- Trägt ein gemeinsam zelebriertes Abendbrot zur Stärkung der familiären Bindung bei?
- Was wissen Sie über das Abendbrot in anderen Kulturkreisen?
- Was sagt es über diese Kulturen aus?



## WAS BRAUCHT MAN MEHR ALS BROT, BUTTER, WURST UND KÄSE?

Thea Dorn und Richard Wagner

Es ist karg. Es ist ein wenig pedantisch. Es ist liebevoll. Seine Zubereitung erfordert keinen großen Aufwand, aber die wenigen Zutaten müssen mit Bedacht gewählt sein: Roggen-, Roggenmisch- oder Vollkornbrot, zu acht Millimeter dicken Scheiben geschnitten. Ein bisschen Butter. Käse (Tilsiter), Schinken (Schwarzwälder), Wurst (Jagdwurst). Und schön wäre eine saure Gurke, zum Ende hin blättrig aufgefächert. Die Brote werden mit der Butter dünn bestrichen, auf eins wird der Käse gelegt, auf eins der Schinken, auf eins die Wurst. Idealerweise entsprechen Form und Größe der Käse-, Schinken- und Wurstscheibe Form und Größe der Roggen-, Roggenmisch- oder Vollkornbrotscheibe. Nur so entsteht die Harmonie, die ein echtes Abendbrot auszeichnet.

### ZUM ABENDBROT PASST BIER

Auch wenn man sein Abendbrot allein einnimmt, sollte man es keinesfalls stehend in der Küche oder vor dem Fernseher hinunterschlingen. Ein Abendbrot ist ein Abendbrot und kein Sandwich. Bei christlicher Neigung besinnt man sich aufs letzte Abendmahl, während man das Brot zwar nicht bricht, sondern voll Sorgfalt schneidet. Die protestantische Diätweisheit „Frühstücken wie ein Kaiser, Mittagessen wie ein Fürst, Abendessen wie ein Bettelmann“ verliert alles Trostlose. Nicht weil man

ans Schlankbleiben bzw. –werden denkt. Weil man sich freut, dass Schlichtes glücklich macht.

Anfängern, die das bloße Abendbrot nicht in die rechte Gemütslage zu bringen vermag, empfiehlt es sich, ein Bier zu öffnen. „Ich Geringer trinke täglich zum Abendbrot ein Glas helles Bier und reagiere auf diese anderthalb Quart so stark, dass sie regelmäßig meine Verfassung durchaus verändern. Sie verschaffen mir Ruhe, Abspannung und Lehnstuhlbegehen, eine Stimmung von ‚Es ist vollbracht!‘ und ‚Oh, wie wohl ist mir am Abend!‘“, schrieb Thomas Mann im Jahre 1906. Der musikalisch versierte Abendbrötler wird das Stichwort des Schriftstellers sogleich aufnehmen. Im Geiste singt er Kanon mit sich selbst: „O wie wohl ist mir am Abend, / Mir am Abend, / Wenn zur Ruh‘ die Glocken läuten, / Glocken läuten, / Bim, bam, bim, bam, bim, bam!“

### DEM ABENDBROT HAFTET ETWAS SPIESSIGES AN

Die Tendenz, meditative Mahlzeit der Einsamen zu sein, hatte das Abendbrot seit je. Gleichzeitig war der Abendbröttisch jahrhundertlang der Ort, an dem der Hausvater die Familie versammelte, um über die Ereignisse des Tages zu berichten und sich berichten zu lassen, auf dass im Anschluss gerichtet werde. Spuren davon haben sich bis in die Gegenwart erhalten, weshalb das Abendbrot dem Spätpubertierenden, der

dem Elternhaus entronnen ist, als Inbegriff spießigen Schreckens erscheint. Er schwört, des Abends künftig alles zu essen von kalten Dosenravioli bis hin zu drei Tage altem Sushi. Nur nie wieder ein belegtes Brot. Dass belegte Brote einst in den erlesensten Zirkeln gereicht wurden, wenn man über Literatur, Politik und die großen Fragen der Welt plauderte, ist vergessen. Voll Stolz berichtete Johanna Schopenhauer ihrem Sohn Arthur, der zu jugendlicher Großmannssucht neigte, dass in ihrem Weimarer Salon nichts Kostspieliges, sondern lediglich Tee mit Butterbrot gereicht wird. Auch Rahel Varnhagen, die berühmteste Gastgeberin im romantischen Berlin, servierte Schlichtes, wenn sie die Größen ihrer Zeit zum „Teetisch“ empfing.

### **GROSSE VORBILDER BEGNÜGTEN SICH MIT ABENDBROT**

Die anschaulichste Beschreibung des gehobenen Abendbrots findet sich bei dem Juristen und Schriftsteller Felix Eberty, der uns in seinen Jugenderinnerungen eines alten Berliners in die erste Hälfte des neunzehnten Jahrhunderts mitnimmt: „Bei den gewöhnlichen geselligen Abendzusammenkünften begnügte man sich [...] mit einer Tasse Tee und Butterbrot, und setzte einige sehr zierlich, aber auch recht sparsam mit Wurstscheibchen, Braten und Schinkenschnitten belegte Teller auf die Tafel.“ Geiz spielte bei dieser frugalen Sitte die unwesent-

lichste Rolle. Man wollte sich bewusst absetzen von den Abendschlemmereien in katholischen Ländern wie Frankreich, und ganz im Ernst: Wen interessieren Austern, gebratene Wachteln oder Petits Fours, wenn er die Wahl zwischen Johann Wolfgang von Goethe und Georg Wilhelm Friedrich Hegel, Wilhelm und Alexander von Humboldt, Heinrich Heine und Bettina von Arnim hat?

### **IST DAS ABENDBROT TYPISCH DEUTSCH?**

Kein Zufall also, dass die großbürgerlichen Gastgeberinnen erst in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts, als der deutsche Geist feister geworden war, ihren Ehrgeiz daransetzten, mit immer ausgefinkelteren Menüfolgen zu glänzen.

Den endgültigen Niedergang des geistigen Abendbrots bezeugte der Nachkriegs-Kabarettist Wolfgang Neuss, als er verkündete: „Heut' mach ich mir kein Abendbrot, heut' mach ich mir Gedanken.“ Wie schön wäre es, sich zur Abwechslung wieder einmal Gedanken zum Abendbrot zu machen.

Quelle: [www.welt.de/debatte/article13700089/Was-braucht-man-mehr-als-Brot-Butter-Wurst-und-Kaese.html](http://www.welt.de/debatte/article13700089/Was-braucht-man-mehr-als-Brot-Butter-Wurst-und-Kaese.html) (30.11.12)

\*Thea Dorn und Richard Wagner sind die Autoren des Buches „Die deutsche Seele“ (Abrecht Knaus Verlag; Nov. 2011)

## 2. HÖREN, INTERPRETIEREN UND BESPRECHEN



Hören Sie sich den Songtext „Abendbrot“ der Band „Element of Crime“ aufmerksam an und lesen Sie parallel die Lyrics des Liedes. Bearbeiten Sie anschließend die folgenden Aufgaben:



a) Sammeln Sie in einem Brainstorming, welche Emotionen und Assoziationen Lied und Text in Ihnen auslösen.

b) Verteilen Sie folgende vier Liedzeilen in Kleingruppen und interpretieren Sie diese unter der Berücksichtigung der Begriffe: Konsum, Wohlstand, Überfluss, virtuelle Welten, Passivität, Neid, Medien, Unterhaltung, Sehnsucht, Einsamkeit, Erinnerung, Verlust. Tragen Sie anschließend Ihre Ergebnisse zusammen.

- Frisch geduschte Augen löffeln ohne Arg/ Aus Satellitenschüsseln das Leben ihrer Wahl
- Wohlgeformte Münder saugen voller Lust/ Aus den Knochen der Erinnerung das Mark der Nostalgie
- Wandernde Gedanken stoßen unbewußt/ Unter reichgedeckten Tischen an anderer Leute Knie
- Abgekämpfte Helden vergießen heißes Blut/ Auf dem Feld der Unterhaltung, als obs kein Morgen gibt

c) Stellen Sie Ihren Ergebnissen folgende zwei Liedzeilen gegenüber und erarbeiten Sie, welche unterschiedlichen Lebensweisen der Liedtext kontrastiert. Bewerten Sie diese kritisch.

- Braungebrannte Arme brechen jeden Tag/ Das harte Brot der Wirklichkeit, als wärs das letzte Mal
- Gutgebaute Freunde tanzen frohgemut/ Einen immergleichen Reigen zum Lobe der Musik

d) Überlegen Sie abschließend, welche Rolle das Abendbrot in dem Songtext spielt. Schließen Sie in Ihre Überlegungen auch die Gedanken zum Text „Was braucht man mehr als Brot, Butter, Wurst und Käse?“ mit ein.

**SONGTEXT VON ELEMENT OF CRIME \***

\* AUS DEM ALBUM: „DIE SCHÖNEN ROSEN“; VÖ-DATUM: SEPT. 1996

**Abendbrot**

Braungebrannte Arme brechen jeden Tag  
Das harte Brot der Wirklichkeit, als wärs das letzte Mal  
Frisch geduschte Augen löffeln ohne Arg  
Aus Satellitenschüsseln das Leben ihrer Wahl  
Wohlgeformte Münder saugen voller Lust  
Aus den Knochen der Erinnerung das Mark der Nostalgie  
Wandernde Gedanken stoßen unbewußt  
Unter reichgedeckten Tischen an anderer Leute Knie  
Zum Abendbrot  
Zum Abendbrot

Gutgebaute Freunde tanzen frohgemut  
Einen immergleichen Reigen zum Lobe der Musik  
Abgekämpfte Helden vergießen heißes Blut  
Auf dem Feld der Unterhaltung, als obs kein Morgen gibt  
Zum Abendbrot  
Zum Abendbrot  
Braungebrannte Arme brechen jeden Tag  
Das harte Brot der Wirklichkeit, als wärs das letzte Mal  
Frisch geduschte Augen löffeln ohne Arg  
Aus Satellitenschüsseln das Leben ihrer Wahl  
Zum Abendbrot  
Zum Abendbrot



# BROTWERBUNG FRÜHER UND HEUTE

## 1. KREATIVITÄT



Lesen Sie den Text aufmerksam durch und beachten Sie die dazugehörigen drei Werbemotive. Bearbeiten Sie anschließend die folgenden Aufgaben:

- Beschreiben Sie den Aufbau und die Gestaltung der Werbemotive.
- Welches Werbemotiv spricht Sie am meisten an? Begründen Sie Ihre Wahl.
- Verändern Sie das komplette Layout eines der Werbemotive in ein für heute zeitgemäßes Design. Die einzelnen Bestandteile (Bild, Text und Symbole) sollen erhalten bleiben, können aber durch weitere Bestandteile ergänzt werden. Verändern Sie insbesondere Abstände, Größenverhältnisse und Richtungen. Vergleichen Sie das Original mit Ihrer Variante in Bezug auf die Werbewirksamkeit.

Die hier abgebildeten antiken Motive dienten dazu, für das Brot eines bestimmten Bäckers oder einer Brotfabrik zu werben. Sie stammen aus den Jahren um 1890. Die Werbemarke für Liebig's Fleischextrakt war als Marke für ein Sammelalbum gedacht.

Sie sind Beispiele für erste größer angelegte Werbemaßnahmen, welche im Zuge der Industrialisierung aufkamen.

Die in Fabriken massenhaft produzierten Waren wurden nun nicht nur für einen in unmittelbarer Umgebung vorhandenen Bedarf hergestellt, sie benötigten einen ausgedehnteren, ja wachsenden Absatzmarkt. Um dies zu erreichen, musste der Wunsch nach einem bestimmten Produkt bei den potentiellen Kunden erst einmal geweckt werden – die Geburtsstunde der Werbeindustrie.

Etwa bis zur Mitte des 19. Jahrhunderts wurde noch hauptsächlich über Zeitungsannoncen Reklame gemacht. Um die Jahrhundertwende entstand in den großen Städten ein ausgeprägtes Plakatwesen. Ansprechend und aufwendig gestaltet, eroberten die Plakate mit ihren Werbebotschaften den öffentlichen Raum. Vor allem Großbetriebe nutzten gedruckte

Werbemittel wie Anzeigen, Broschüren und künstlerisch gestaltete Plakate, die das Produkt in den Mittelpunkt der Darstellung rückten. Für die Außenwerbung übertrug man die Motive auf Emailschilder. In den 20er Jahren des 20. Jahrhunderts waren die Emailplakate als Werbeträger so weit verbreitet, dass Umwelt- und Landschaftsschützer gegen die „Plakatierwut“ des Handels protestierten. Schon wenig später gab es die ersten Leuchtreklamen.

Während die Genussmittelindustrie, insbesondere die Hersteller von Feingebäck, Vorreiter auf dem Gebiet der Produktreklame war, stand das Lebensmittelhandwerk dieser Entwicklung zunächst skeptisch gegenüber. Die Tradition der ehrbaren Zünfte, die jede Form der Konkurrenzanzeige für unlauter hielt, wirkte hier deutlich nach. Mit Einführung der Gewerbefreiheit ab 1869 sahen sich jedoch auch Bäckereien aufgefordert, auf sich und ihre Erzeugnisse aufmerksam zu machen.

Doch bis heute ist die Werbepräsenz von Brot im Verhältnis zu anderen Konsumgütern eher überschaubar.





Bild 1



Bild 2



Bild 3

## 2. AUSTAUSCH



Besprechen Sie in der Klasse:

Welche Werbekampagnen zum Thema Backwaren fallen Ihnen ein?

Schätzen Sie ein, warum Brot kein klassisches Werbeobjekt ist.

Meinen Sie, dass das Bäckerhandwerk Vorteile durch vermehrten Einsatz von Werbung hätte?

Welche Kriterien muss Ihrer Meinung nach zeitgemäße Brotwerbung erfüllen?

### 3. PROJEKTARBEIT



Entwickeln Sie in Kleingruppen eine Werbekampagne (inklusive Slogans, Motive und Maßnahmen für die Verbreitung) für eine zeitgemäße Backware oder eine neu eröffnete Bäckerei – unter Berücksichtigung aktueller Trends.



Setzen Sie Ihre Ideen beispielsweise in folgenden Themenbereichen um:

- Vital- bzw. Vitaminbrote
- Backwaren mit Regionalbezug
- Die Rückkehr des Butterbrotes
- Die modernste Bäckerei der Stadt / Bäckerei der Zukunft
- Backwaren to go

Präsentieren Sie der Klasse Ihre Werbekampagne mittels neuer Medien und überzeugen Sie Ihre Mitschüler/-innen, dass Ihre Werbekampagne den größten Erfolg haben wird. Geben Sie Ihren Mitschülern nach der Präsentation ihrer Kampagne ein sinnvolles Feedback. Überlegen Sie dazu:

1. Was hat Ihnen am Inhalt der Kampagne gut gefallen?
2. Was hat Ihnen an der Form der Kampagne gut gefallen?
3. Welche Hinweise möchten Sie Ihren Mitschülern für die nächste Kampagne geben?
4. Welche Hinweise möchten Sie Ihren Mitschülern für die nächste Präsentation geben?

#### INFO-KASTEN:

Berücksichtigen Sie bei Ihrem Konzept die Kriterien des Werbewirkungsprinzips AIDA.

Dieses für Werbestrategien entwickelte Stufenmodell enthält vier Phasen, welche der Kunde durchlaufen soll und die letztlich zu dessen Kaufentscheidung führen sollen. Die vier Phasen werden als gleich wichtig angesehen, können sich allerdings überschneiden. Das Akronym AIDA setzt sich aus den Anfangsbuchstaben der folgenden Phasen zusammen.

**Attention:** Die Aufmerksamkeit des Kunden wird angeregt.

**Interest:** Das Interesse des Kunden wird erregt.

**Desire:** Der Wunsch nach dem Produkt wird geweckt. Der Besitzwunsch wird ausgelöst.

**Action:** Der Kunde kauft das Produkt (möglicherweise).

## MULTIPLE-CHOICE-TEST



Im folgenden Test können Sie überprüfen, ob Sie sich die Informationen aus den vorherigen Aufgaben richtig gemerkt haben:

### 1. Erste größere Werbekampagnen kamen auf im Zuge der

- A ☐ Französische Revolution
- B ☐ Moderne
- C ☐ Renaissance
- D ☐ Industrialisierung

### 2. Welches Brot eignet sich besonders gut für ein ausgewogenes Frühstück?

- A ☐ Knäckebrötchen
- B ☐ Roggenbrot
- C ☐ Toastbrot
- D ☐ Mischbrot

### 3. Die den Blutzucker bestimmenden Hormone heißen Insulin und

- A ☐ Glutamat
- B ☐ Glycerin
- C ☐ Glukagon
- D ☐ Gelatine

### 4. Menschen mit christlicher Neigung assoziieren mit dem Abendbrot

- A ☐ das letzte Abendmahl
- B ☐ das gebrochene Brot
- C ☐ Manna
- D ☐ Brot für die Welt

### 5. Wann wurde die Gewerbefreiheit eingeführt?

- A ☐ 1890
- B ☐ In den 20er Jahren des 20. Jahrhunderts
- C ☐ 1869
- D ☐ In der ersten Hälfte des 19. Jahrhunderts



## SCHON GEWUSST?

Im hessischen Gießen gibt es ein Abendbrotmuseum. Es versammelt Gegenstände und Fotografien von Dingen, an denen Abendbroterinnerungen haften, wie typische Brettchen oder Salz- und Pfeffer-Ensembles. Erinnerungen an den gedeckten Tisch aus Kindertagen werden hier geweckt, an Abendbrote bei den Großeltern, Picknickbrot-Situationen, WG-Abendessen oder Abendbrote aus der jüngsten Vergangenheit.

Weitere Informationen unter: [www.abendbrotforschung.net/2011/02/05/abendbrotmuseum](http://www.abendbrotforschung.net/2011/02/05/abendbrotmuseum)

Eine spezifisch deutsche Version von Frühstück wurde während der Reichskanzlerschaft von Fürst Otto von Bismarck unter dem Namen „Parlaments-Frühstück“ bekannt. Dieses Frühstück bestand aus einem kalten Büfett, wozu sogar Wein gereicht wurde. Die Gäste bedienten sich selbst und nahmen an einer gedeckten Tafel platz. An der Tafel wurden sie von Parlamentsdienern mit frischgezapftem Bier bedient. Aus dieser speziellen Form eines Frühmahls entwickelte sich später der heute übliche Frühschoppen.