

Ein Projekt vom Zentrum 60plus International  
gefördert durch die Mercator Stiftung

# „Ein märchenhaftes Kochbuch“



Wir suchen Menschen, die

- Märchen lieben und
- gerne kochen und genießen.

Beides wollen wir miteinander verbinden.

Wie das geht?

1. Wir suchen **internationale Märchen** aus aller Welt, in denen die unterschiedlichsten Charaktere und Figuren eine Rolle spielen: gut, böse, listig, habgierig, bescheiden, großzügig...

## Märchen:

2. In den Märchen sollten auch **Speisen** vorkommen, nicht unbedingt fertige Speisen - im Beispiel von „**Aschenputtel**“ sind es die Hülsenfrüchte, die in die Asche gestreut werden.

Welche **Speisen** lassen sich aus Hülsenfrüchten zubereiten?

Kommen diese in anderen Märchen als **Kuchen, Pfannkuchen, Brei** oder **Marmelade** vor?

Ihr nutzt die Corona-Zeit und **findet Märchen** und **passende Rezepte** und schlag sie uns vor. Wir sammeln diese gefundenen Märchen und Rezepte. Die Kleingruppe entscheidet, welches Märchen sie ausarbeiten will.

## Speisen – Zutaten (Gewürze, Kräuter):

3. Die **Krönung aller Bemühungen**, falls unter Corona-Bedingungen erlaubt, wird ein **kulinarischer Nachmittag** sein, bei dem verschiedene Speisen zubereitet und verkostet werden.

(Wenn Corona es erlaubt, werden wir gemeinsam kochen oder es werden Kostproben vorbereitet und mitgebracht.)

## Fragebogen:

Damit wir verbindlich planen können, erbitten wir von euch nachfolgende Kontaktinformationen:

**Name, Vorname:**

---

**Alter:**

---

**Anschrift:**

---

**Telefon:**

---

**E-Mail:**

---

Nationalität mit einer kleinen Kurzgeschichte zu euch:

Aus Datenschutzgründen möchten wir euch abschließend darum bitten, uns eine Genehmigung zur Veröffentlichung von Bild- und Textmaterial zu erteilen.

---

Datum:

Unterschrift:

**Zentrum  
60plus<sup>+</sup>**

STADT  
ESSEN

**AWO ESSEN**  
SINCE 1920  
WIR MACHEN SIE GLÜCKLICH

STIFTUNG  
**MERCATOR**