

## #Cook and Talk: Nachhaltig kochen und essen mit regionalen Produkten aus Brandenburgs LEADER Regionen | 06. November 2024

**Veranstaltungsort: Heimvolkshochschule am Seddiner See, Haus Fichtenhain**

Genussfreunde aufgepasst: Mit unserer Veranstaltung zum nachhaltigen Kochen möchten wir zeigen, was regionale, klimaschonende Wertschöpfungsketten stärken eigentlich bedeutet.

Was erwartet die Teilnehmenden:

- **Nachhaltigkeit:** Regionale Produkte sind nicht nur lecker, sondern auch umweltfreundlich. Indem lokale Bauern und Produzenten unterstützt werden, verringern wir den CO<sub>2</sub>-Fußabdruck und fördern eine nachhaltige Landwirtschaft.
- **Vielfalt der Geschmäcker:** Genussvolle Regionen - die Vielfalt regionaler Produkte ist groß. Von saftigem Obst bis zu aromatischen Kräutern – jede Region hat ihre eigenen Schätze, die auch ein Teil regionaler Identität sind. „Cook and Talk“ ermöglicht es uns, diese Vielfalt zu entdecken und kreativ in der Küche zu nutzen.
- **Wissenstransfer:** Bei „Cook and Talk“ geht es nicht nur ums Kochen, sondern auch ums Reden. Wir teilen Wissen darüber, wie regionale Wertschöpfungsketten und -partnerschaften gestärkt werden können und finden heraus, was Akteur:innen motiviert oder daran hindert verstärkt auf regionale Produkte zu setzen.
- **Gemeinschaft erfahren:** Essen verbindet Menschen. Bei „Cook and Talk“ treffen sich alte und neue Bekannte aus der Branche und den Kommunen. Gleichgesinnte, tauschen sich aus und begeistern neue Interessierte für regionale Produkte.
- **Bewusstsein schaffen:** Indem wir uns mit regionalen Produkten beschäftigen, sensibilisieren wir für die Bedeutung von Nachhaltigkeit und Ernährung. Wir werden uns bewusst, wie unsere Entscheidungen die Umwelt und unsere Gesundheit beeinflussen.

Ziel der Veranstaltung ist es zu zeigen, dass geschmackvolle, saisonale und regionale Küche möglich ist und dass dies einen großen Beitrag hin zu mehr regionaler Nachhaltigkeit bedeutet.

Die Veranstaltung richtet sich an ehrenamtliche und hauptamtliche Vertreter:innen von Verbänden, Vereinen und Initiativen, interessierte sowie engagierte Bürger:innen und Verbraucher:innen, Unternehmen, Kinder- und Jugendliche, Senior:innen, Lebensmittellieferanten.

**Bitte melden Sie sich bis zum 27. Oktober 2024 [hier](https://www.forum-netzwerk-brandenburg.de/de/veranstaltungen/aktuelle-veranstaltungen/anmeldung-zur-veranstaltung-cook-and-talk-nachhaltig-kochen-und-essen-mit-regionalen-produkten-aus-brandenburgs-leader-regionen-am-06.-november-2024) an:** <https://www.forum-netzwerk-brandenburg.de/de/veranstaltungen/aktuelle-veranstaltungen/anmeldung-zur-veranstaltung-cook-and-talk-nachhaltig-kochen-und-essen-mit-regionalen-produkten-aus-brandenburgs-leader-regionen-am-06.-november-2024>

## Programm

**13:30 Uhr** Eintreffen und Anmeldung

**14:00 Uhr** Begrüßung

im Nasch- und Kräutergarten der Heimvolkshochschule am Seddiner See

**Alexandra Tautz & Josephine Nitschke**

*Forum ländlicher Raum – Netzwerk Brandenburg*

**14:15 Uhr** Vorstellung der heutigen Gerichte und Einteilung in Kleingruppen

*Nadine Stephan, Ernährungsberaterin & Vitalcoach*

**14:30 Uhr** Die Brandenburger Bio-Linse aus dem Spreewald

*Gerald Köhler, Co-Geschäftsführer Fördergemeinschaft Ökologischer Landbau Berlin-Brandenburg (FÖL) e.V.*

Gemeinsam mit acht Landwirtschaftsbetrieben und drei Partnern aus Verarbeitung und Handel entwickelt die FÖL eine klimaschonende Wertschöpfungskette für regionale Bio-Linsen. Mit dem Projekt „Brandenburger BioLinse“ soll durch gezielten Wissensaufbau mit externem Know-how aus der Praxis die Gruppe dabei begleitet werden, den Linsenanbau in Brandenburg zu etablieren und deutlich auszubauen. Neben dem Wissensaufbau werden die Akteurinnen und Akteure bei der Verarbeitung und Vermarktung unterstützt. Die Brandenburger Bio-Linse ist eine der Hauptzutaten der Veranstaltung.

**14:45 Uhr** Zubereitung von Speisen in Kleingruppen

*Neben dem Kochen erfolgen Austausch und Diskussion mit Hilfe der Methode „Freie Assoziation“ zu den Begriffen gesunde Ernährung, regionale Produkte, Fleischkonsum im ländlichen Raum*

**15:15 Uhr** Gelebte Regionalität – wie ein Familienbetrieb sich zukunftsfest aufstellt

*Thomas Syring, Geschäftsführer vom SYRINGHOF in Beelitz*

Der „Hof Syring SYRINGHOF“ umfasst drei Bereiche in seiner Arbeit: den Ökolandbau, die traditionelle Landwirtschaft sowie das Feinkostsegment. Er ist deutschlandweit einer der drei größten Kürbiskernanbauer. Neben der Bio-Kürbisölproduktion – dem „grünen Gold“ – werden Spargel, diverse Getreidesorten, Sonnenblumenkerne und andere Kulturen angebaut. Auf rund 900 Hektar gehen traditionelle Landwirtschaft und Ökolandbau als Familienbetrieb Hand in Hand. Um die Produkte frisch und direkt zu vertreiben, gibt es das Feinkost-Segment, das den Direktverkauf der hofeigenen Produkte ermöglicht.

**15:30 Uhr**     **Zubereitung der Speisen in Kleingruppen**

*Neben dem Kochen erfolgt ein Austausch in sog. Murmelgruppen zu: dem Mehrwert der Stärkung regionaler Wirtschaftskreisläufe und Wertschöpfungsketten im ländlichen Raum*

**16:30 Uhr**     **Kurzimpuls „Regionale Produkte in der Gemeinschaftsverpflegung und der Beitrag für die ländlichen Räume“**

*Olga Graf, Kantine Zukunft*

Die Kantine Zukunft arbeitet für die nachhaltige Transformation der Gemeinschaftsgastronomie. Durch aktive und langfristige Beratung in Kantinenküchen, mit Koch-Workshops, Exkursionen und Vernetzungsveranstaltungen, verändern sie gemeinsam mit den Küchenteams die Kantinenlandschaft hin zu mehr Qualität und Wertschätzung. Ziel der Kantine Zukunft ist es Kantinen als Orte zu gestalten, an denen gesunde, nachhaltige und schmackhafte Mahlzeiten angeboten werden

**16:45 Uhr**     **Zubereitung der Speisen in Kleingruppen**

*Neben dem Kochen erfolgt ein Austausch mittels der Methode „Advocatus Diaboli“ zur Aussage: „Eine nachhaltige Ernährung ist nicht für alle möglich, da besonders einkommensschwache Familien wenig Auswahl haben“*

**17:30 Uhr**     **gemeinsamer Verzehr aller Gerichte und Feedbackrunde**

**18:15 Uhr**     **Abschluss der Veranstaltung**

Alle Teilnehmenden erhalten die Rezepte zum Nachkochen für Zuhause

Durch den Tag begleitet uns Nadine Stephan, Ernährungsberaterin und Vitalcoach aus der Region Schielowsee.

**Für die Teilnahme an der Veranstaltung wird ein Teilnahmebeitrag in Höhe von 17,85 Euro erhoben – bitte bringen Sie diesen Betrag passend in Bar mit.**