



Schlemmerküche mit Zwerg Nase

Ein märchenbasiertes Konzept zum Thema Ernährung & Lebensmittel

Von Lisa Gödecke und
Rieke Sundermeyer

Bilderbuch



Impressum

Herausgeber:

*DRK-Landesverband
Westfalen-Lippe e.V.
Abteilung Wohlfahrts- und Sozialarbeit
Sperlichstraße 25
48151 Münster*

Verantwortlich für den Inhalt:

*Dr. Hasan Sürgüt, Vorsitzender des
Vorstandes*

Redaktion:

*Abteilung Wohlfahrts- und Sozialarbeit
Lisa Gödecke, Rieke Sundermeyer,
Fachhochschule Münster*

Konzeption und Lektorat:

*Abteilung Wohlfahrts- und Sozialarbeit
Lisa Gödecke, Rieke Sundermeyer,
Fachhochschule Münster*

Illustrationen:

*Lisa Gödecke,
Fachhochschule Münster*

Gestaltung:

*Martina Czernik,
Stabsstelle Kommunikation*

Stand:

April 2022



**Liebe Erzieher*innen,
liebe Eltern,**

dieses Bilderbuch ist für die Kinder. Hier gibt es nicht nur passende Illustrationen zur Märchengeschichte, sondern auch immer einen kurzen Begleittext. Das Buch kann parallel zum Vorlesen verwendet werden (hier schauen sich die Kinder die Illustrationen während der Vorlesestunde an) oder auch separat. Z.B. können die Kinder das Buch daheim eigenständig anschauen (ggf. lesen die Eltern den Begleittext vor), ältere Kinder lesen vielleicht auch schon gerne selbst mit. Für die Anwendung in Kindertagesstätten schlagen wir vor, dass zwei oder drei Kinder sich jeweils ein Bilderbuch teilen während der Vorlesestunde. Bei Bedarf kann auch je-

*dem Kind ein Exemplar bereitgestellt werden. Da die „Schlemmerküche mit Zwerg Nase“ auch als digitale Version zugänglich ist, können die Illustrationen des Bilderbuchs auch großformatig an eine Wand projiziert werden, z.B. mit einem Beamer. Die Kinder können die Märchengeschichte dann über die Projektionen mitverfolgen, während der oder die Vorleser*in auf die Bilder verweist und alle Kinder miteinbezieht.*

”

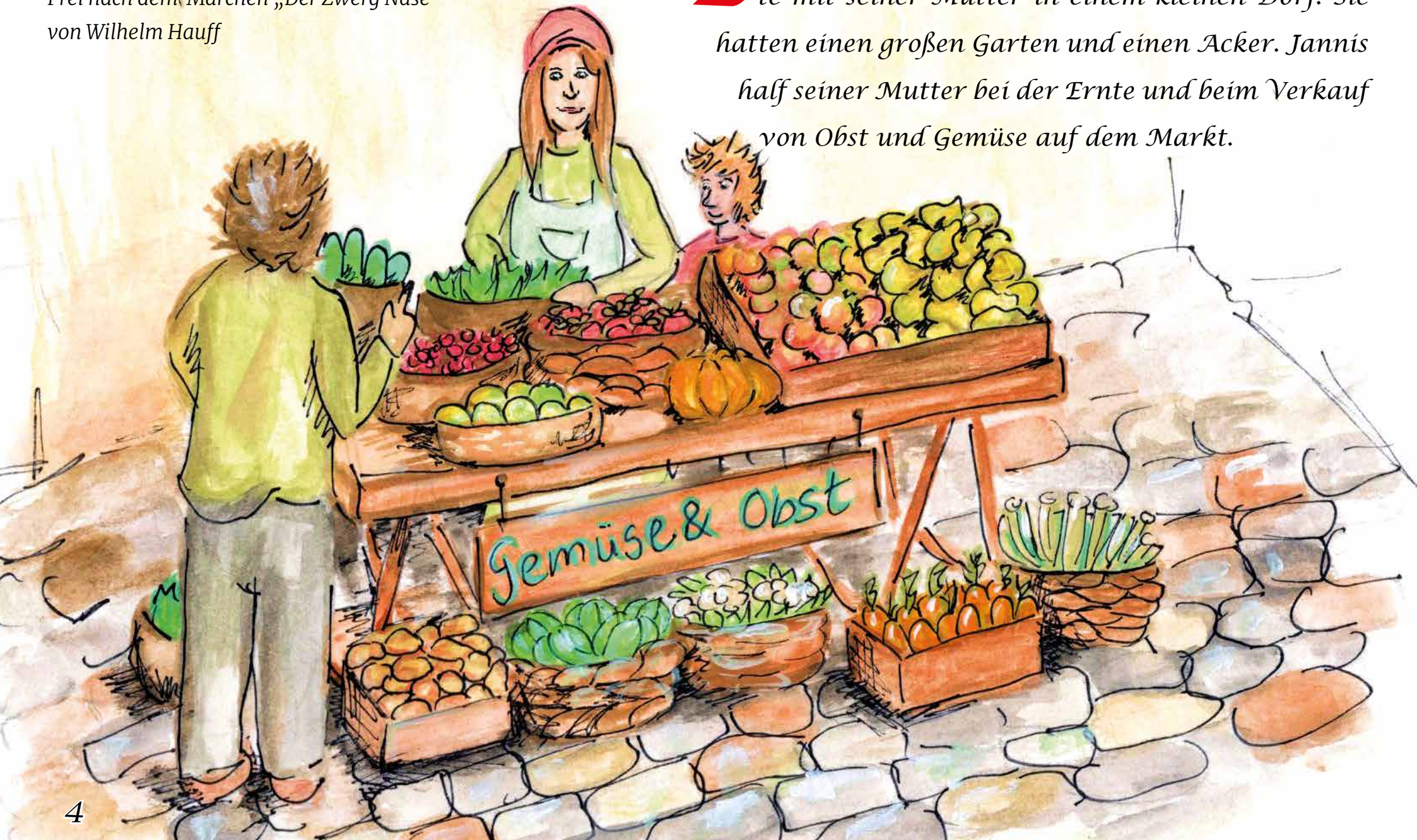
*Wir wünschen euch viel Spaß
mit Zwerg Nase.*



Zwerg Nase

Frei nach dem Märchen „Der Zwerg Nase“
von Wilhelm Hauff

Es war einmal ein Junge namens Jannis. Er lebte mit seiner Mutter in einem kleinen Dorf. Sie hatten einen großen Garten und einen Acker. Jannis half seiner Mutter bei der Ernte und beim Verkauf von Obst und Gemüse auf dem Markt.



Eines Tages kam eine alte Frau vorbei und wollte Obst und Gemüse kaufen. Sie sah aus wie eine Hexe mit einer spitzen Nase und einer Warze auf der Wange. Sie lachte böse. Sie fasste jedes Obst und Gemüse an. Jannis wurde wütend und wollte, dass die Frau ging.



Aber seine Mutter verkaufte der Frau eine Menge Obst, Gemüse und Kräuter. Sie wollte, dass Jannis ihr den vollen Korb nach Hause trug.





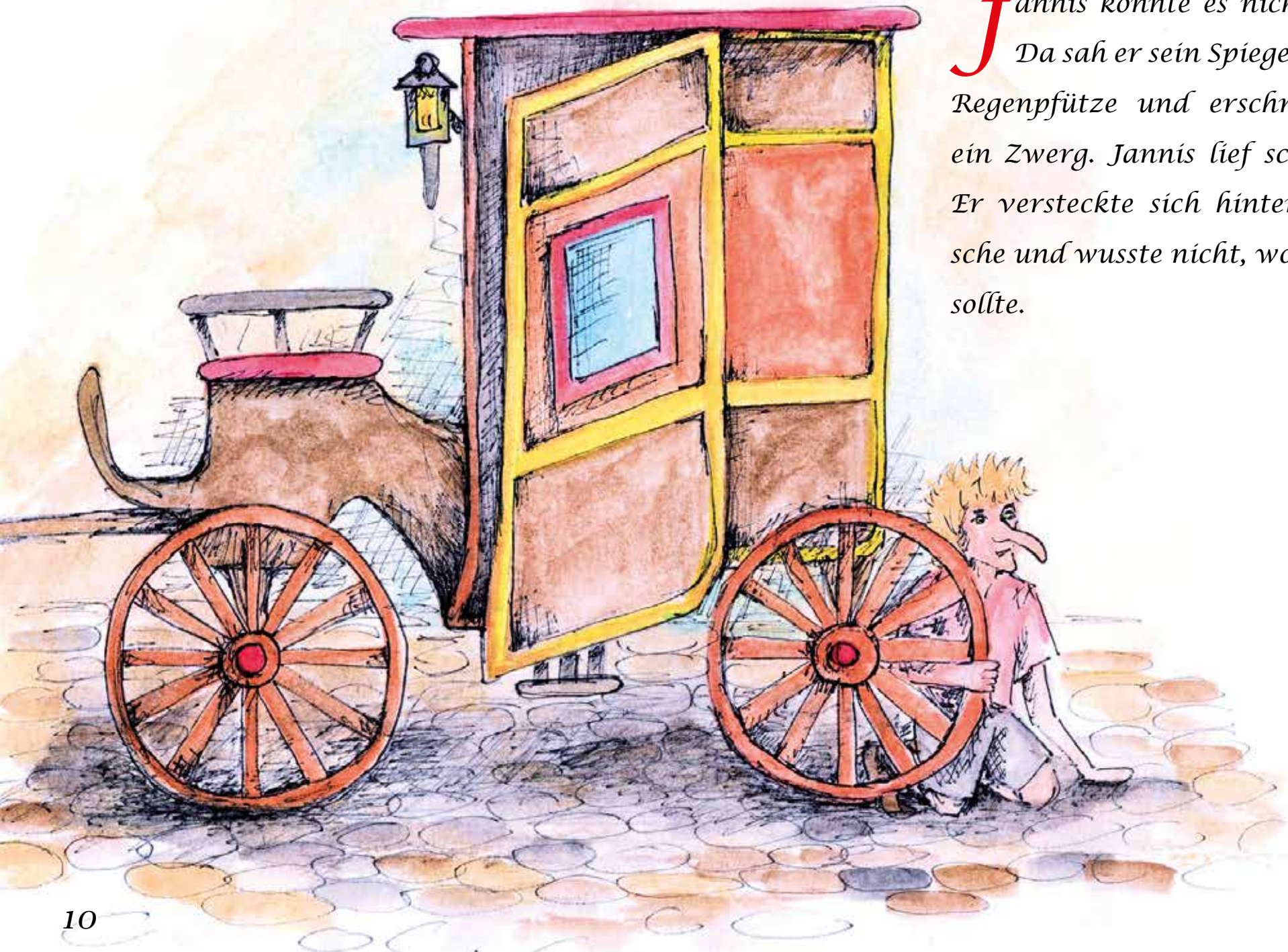
Als Jannis der Frau den Korb in die Küche stellte, sagte diese: „Vielen Dank lieber Junge! Weil du so fleißig warst, verzeihe ich dir deine Unfreundlichkeit und gebe dir etwas von meiner frisch gekochten Kräutersuppe.“ Jannis wollte erst nicht, doch die Suppe roch köstlich und so aß er eine Schale davon.



*J*annis ging danach zu seiner Mutter zurück. Die Hexe lachte, doch Jannis wusste nicht warum. Sie hatte ihn mit der Kräutersuppe verzaubert, weil sie ihn bestrafen wollte.

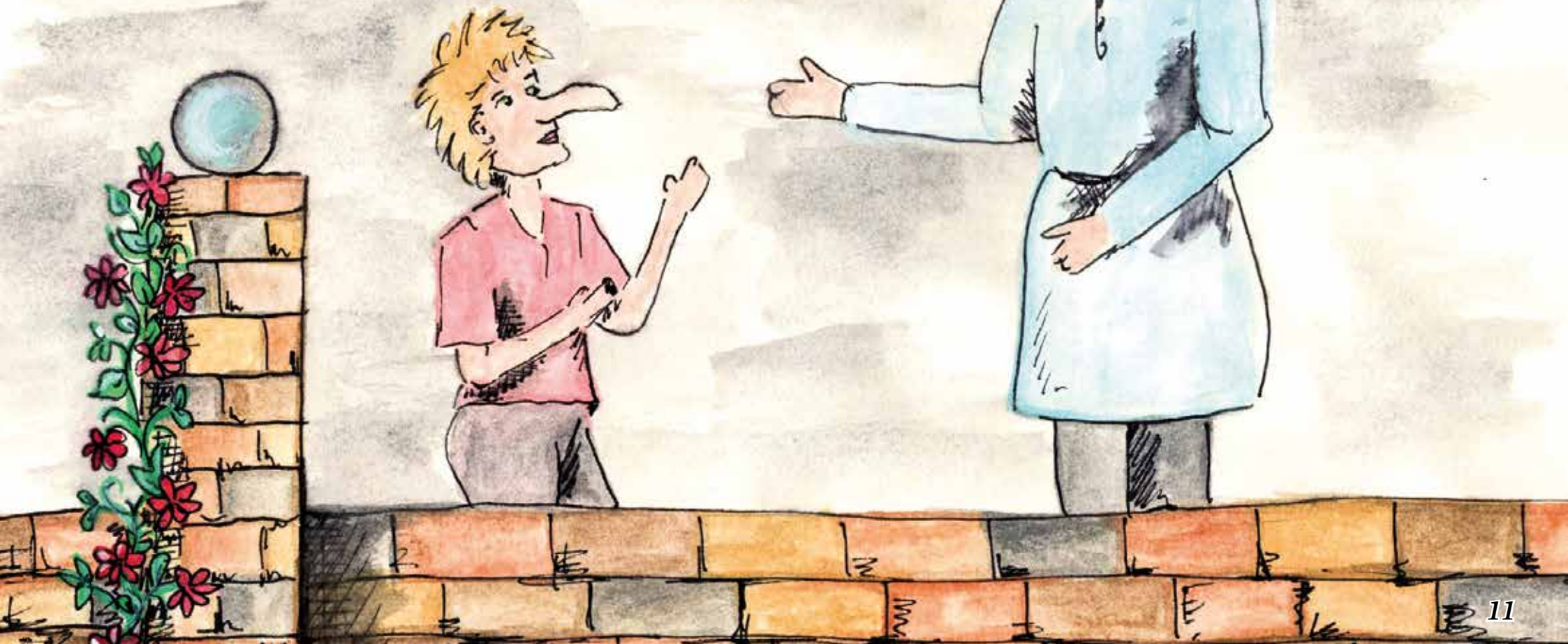


Jannis begrüßte seine Mutter, doch diese erkannte ihn nicht. Sie rief: „Wer bist du, du mickriger Zwerg? Ich kenne dich nicht.“ „Aber Mutter ich bin es, Jannis!“, antwortete er erschrocken. Seine Mutter schickte ihn fort und hörte nicht auf seine Worte.

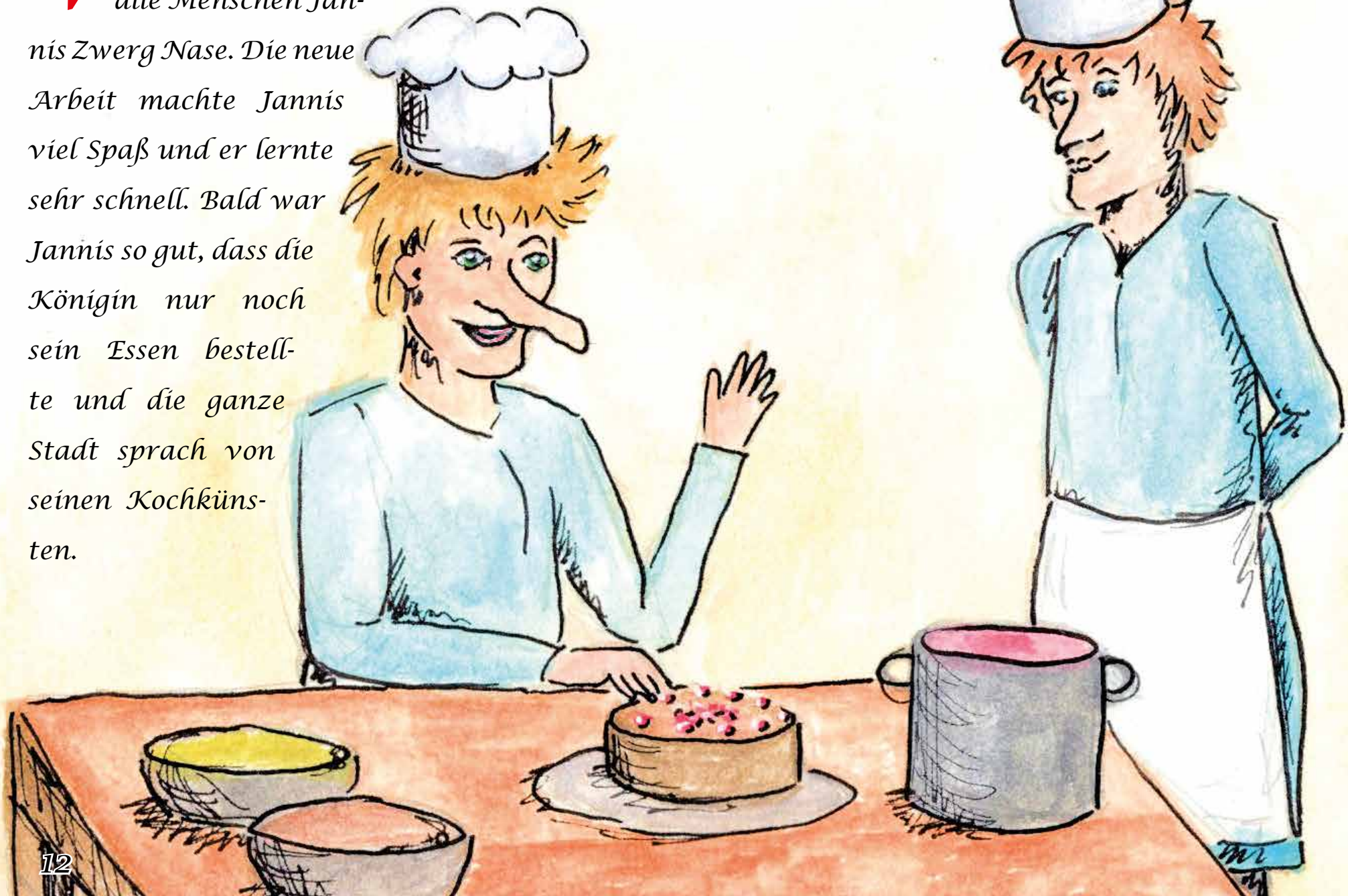


Jannis konnte es nicht verstehen. Da sah er sein Spiegelbild in einer Regenfütze und erschrak. Er war ein Zwerg. Jannis lief schnell davon. Er versteckte sich hinter einer Kutsche und wusste nicht, wohin er gehen sollte.

Plötzlich sprach ihn ein Mann an: „Wer bist denn du?“ „Ich? Ich bin ... niemand“, stotterte Jannis ängstlich. Doch der Mann lächelte ihn freundlich an. „Niemand? Na gut, dann werde ich dich Zwerg Nase nennen. Ich bin der Koch von Königin Paula. Ich suche einen Küchenhelfer. Möchtest du mir helfen?“ Jannis konnte sein Glück kaum glauben und begleitete den Koch zum Schloss.



Von da an nannten alle Menschen Jannis Zwerg Nase. Die neue Arbeit machte Jannis viel Spaß und er lernte sehr schnell. Bald war Jannis so gut, dass die Königin nur noch sein Essen bestellte und die ganze Stadt sprach von seinen Kochkünsten.





Eines Tages servierte er der Königin Paula gerade ihr Essen, als diese sagte: „Mein lieber Zwerg Nase, bald wird uns Prinz Ferdinand besuchen und du sollst für uns ein Festessen kochen. Bitte vergiss nicht, auch ein Blumenbrot zu backen, das ist mein Lieblingsbrot.“

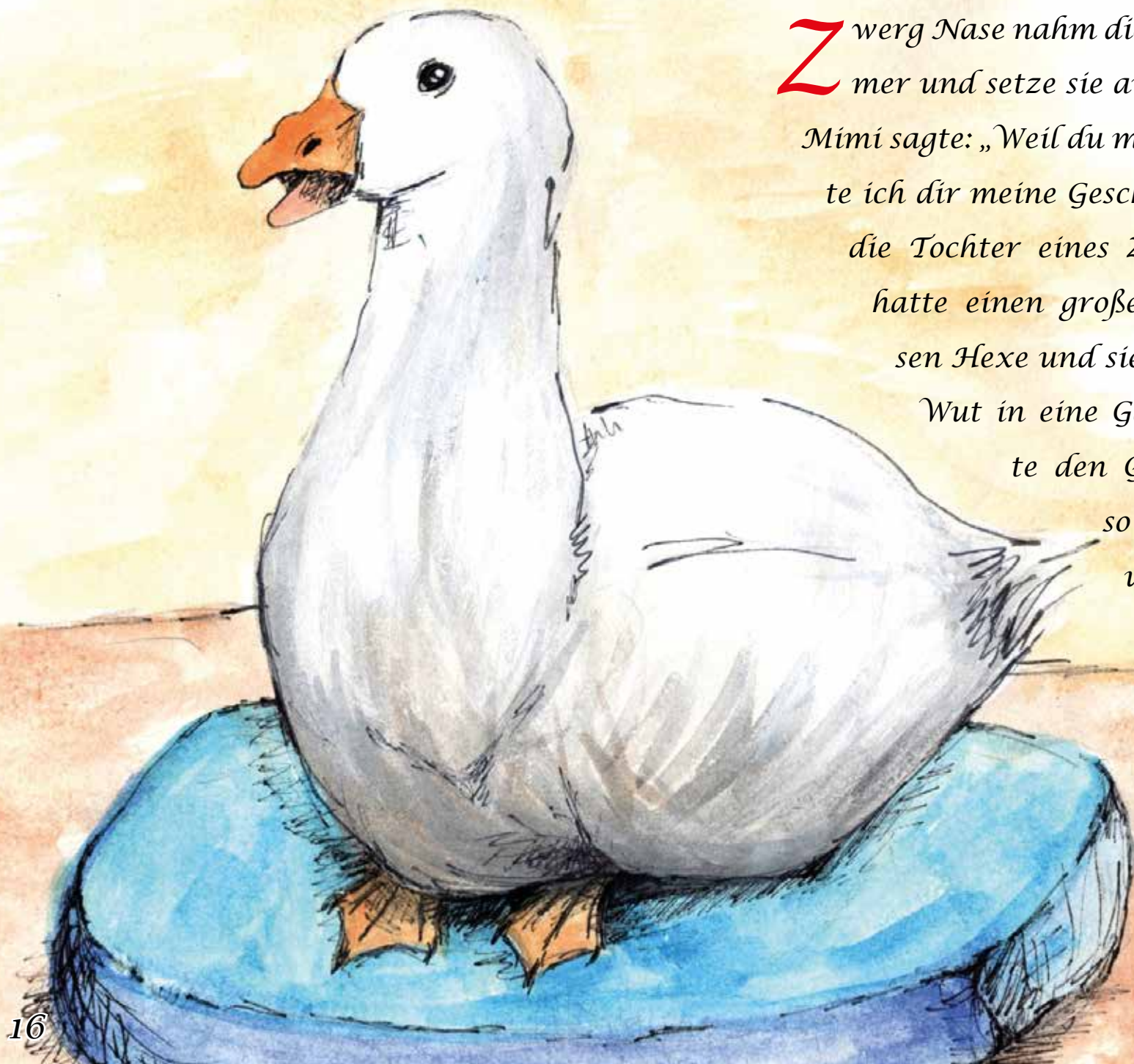
Am nächsten Tag ging Zwerg Nase auf den Markt, um frisches Gemüse für das große Festessen zu kaufen. Bei einem Marktstand wurden Gänse verkauft und Jannis blieb stehen. Er fragte die Gänsehändlerin, warum eine Gans so krank aussehe. Doch die Gänse-

händlerin schüttelte nur den Kopf und sagte: „Ich weiß es auch nicht. Sie sieht schon so aus, seitdem ich sie habe. Ich schenke sie dir, wenn du sie haben willst.“ Jannis nahm die Gans mit auf das Schloss.



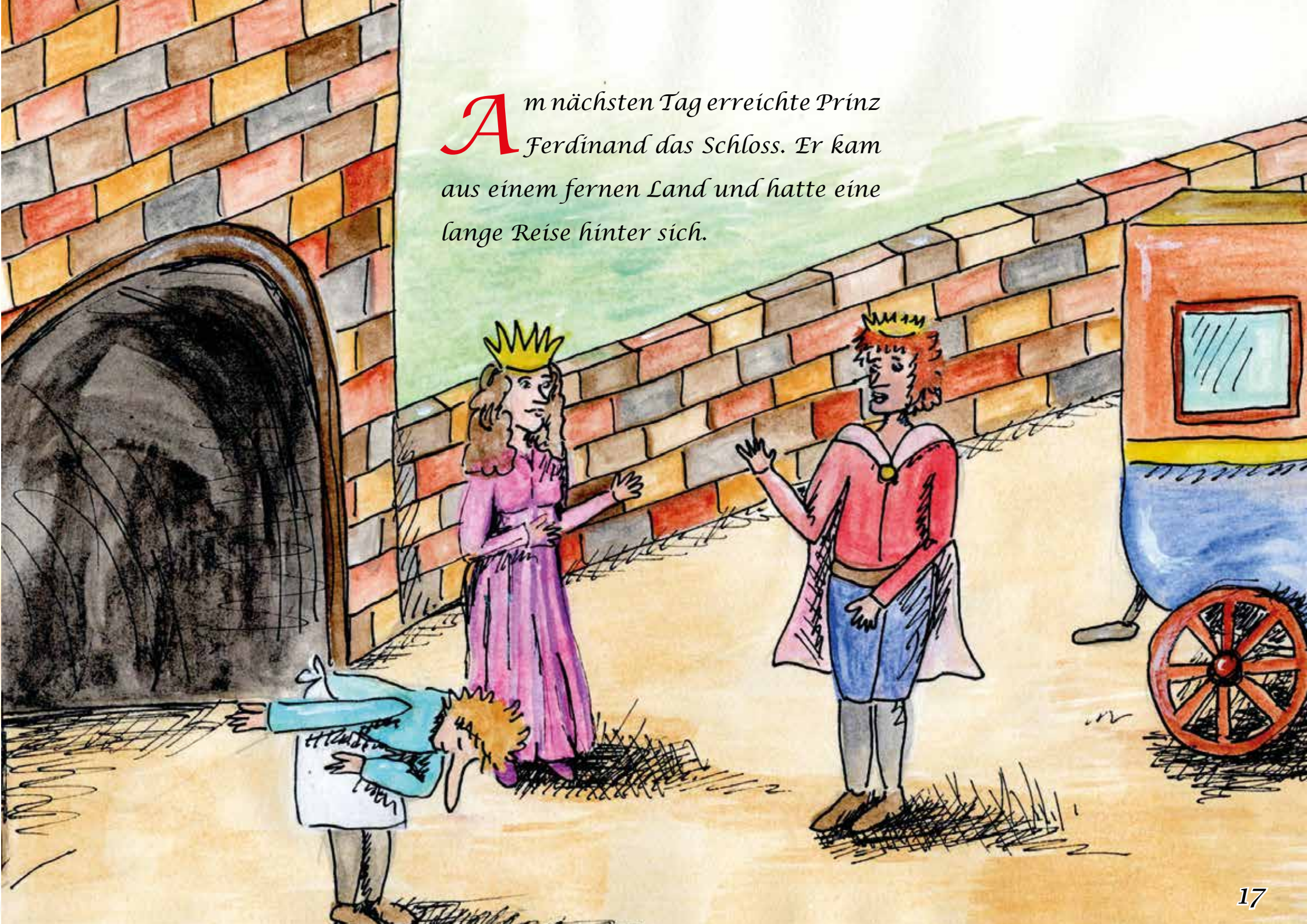
In der Küche sprang die magere Gans auf einen Hocker, schaute Zwerg Nase an und sagte: „Danke, dass du mich gerettet hast. Ich heiße Mimi und bin eigentlich gar keine Gans. Und wie heißt du?“ „Ich bin Zwerg Nase.“ „Das ist doch kein Name“, schnatterte die Gans. Zwerg Nase lächelte: „So nennen mich alle hier, aber mein richtiger Name ist Jannis.“





Zwerg Nase nahm die Gans mit auf sein Zimmer und setzte sie auf ein bequemes Kissen. Mimi sagte: „Weil du mich gerettet hast, möchte ich dir meine Geschichte erzählen. Ich bin die Tochter eines Zauberers. Mein Vater hatte einen großen Streit mit einer bösen Hexe und sie verwandelte mich aus Wut in eine Gans. Mein Vater konnte den Gegenzauber nicht und so bin ich fortgegangen, um einen Weg zu finden wieder ein Mensch zu werden.“ Von da an kümmerte sich Jan-nis um Mimi.

Am nächsten Tag erreichte Prinz Ferdinand das Schloss. Er kam aus einem fernen Land und hatte eine lange Reise hinter sich.



Für das Abendessen kochte Zwerg Nase so gut wie nie zuvor. Es gab Couscoussalat, Gemüse, Blumenbrot, Kuchen und vieles mehr. Königin Paula und Prinz Ferdinand schmeckte das Essen sehr gut. Doch der Prinz sagte: „Du bist ein guter Koch, Zwerg Nase. Aber mein Lieblingsbrot, das Brot Schwuppdwupp, kannst du bestimmt nicht zubereiten.“






Zwerg Nase hatte noch nie von dem Brot Schwuppdiwupp gehört. Deswegen machte er am nächsten Tag das beste Brot, das er je zubereitet hatte. Dazu verwendete er die feinsten Kräuter, die er finden konnte.

Am nächsten Abend servierte Zwerg Nase das Brot persönlich und die Königin und der Prinz probierten. Prinz Ferdinand sagte: „Zwerg Nase, das Brot schmeckt wirklich sehr gut, aber es ist nicht das Brot Schwuppdiwupp. Es fehlt das Kräutlein Schmauslust.“ Die Königin wurde wütend. Sie sagte: „Du musst das Brot bis morgen zubereiten, sonst darfst du nicht weiter als Koch auf meinem Schloss arbeiten!“



Zwerg Nase erschrak und lief schnell auf sein Zimmer. Traurig erzählte er Mimi, was geschehen war.





*M*imi flatterte aufgeregt mit den Flügeln und sagte: „Jan-
nis, ich glaube ich kenne das Kräutlein Schmauslust. Es
wächst nur nachts und nur neben Gewässern wie Teichen oder
Seen. Vielleicht wächst es auch im Schlossgarten. Komm, lass uns
nachsehen.“

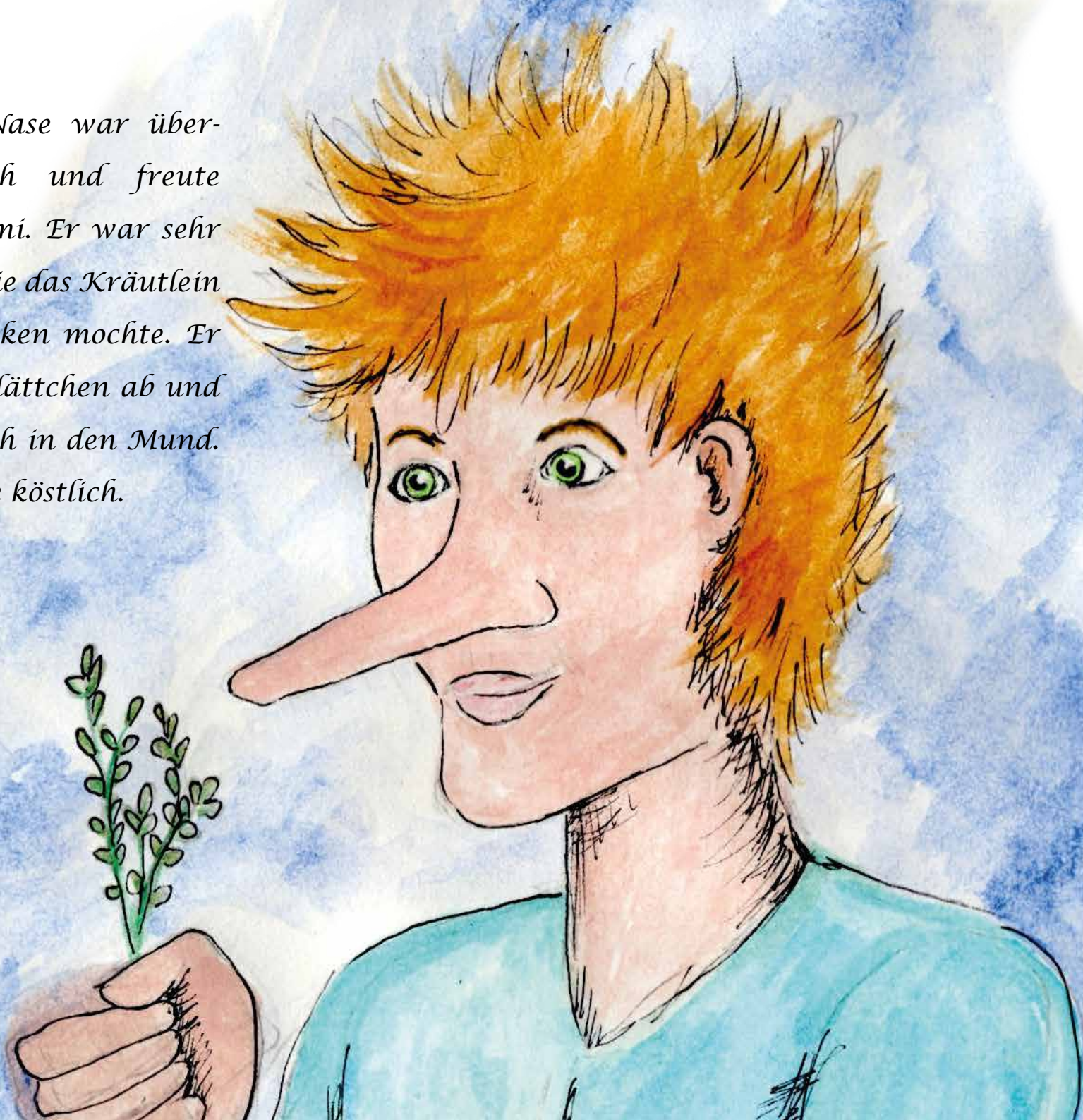
Zwerg Nase nahm Mimi auf den Arm und zusammen gingen sie in den Schlossgarten. Dort angekommen, setzte er Mimi auf den Rasen und sie begannen zu suchen. Sie suchten und suchten, aber sie fanden das Kräutlein nicht.





*L*angsam wurde es Nacht und der Vollmond erhellte den Schlossgarten. Mimi suchte weiter, immer wieder umrundete sie langsam den Schlossteich. Plötzlich schnatterte sie laut und kam schnell zu Zwerg Nase gewatschelt. „Jannis, ich habe es gefunden. Das ist das Kräutlein Schmauslust.“

Zwerg Nase war überglücklich und freute sich mit Mimi. Er war sehr neugierig, wie das Kräutlein wohl schmecken mochte. Er zupfte ein Blättchen ab und steckte es sich in den Mund. Es schmeckte köstlich.



*A*ls das Kräutlein Schmauslust seine Lippen berührte, verschwand seine lange Nase und er wuchs heran zu einem jungen Mann. Jannis sah wieder aus wie früher, nur war er jetzt etwas älter. Der böse Zauber war vorbei. Sie hatten es geschafft.

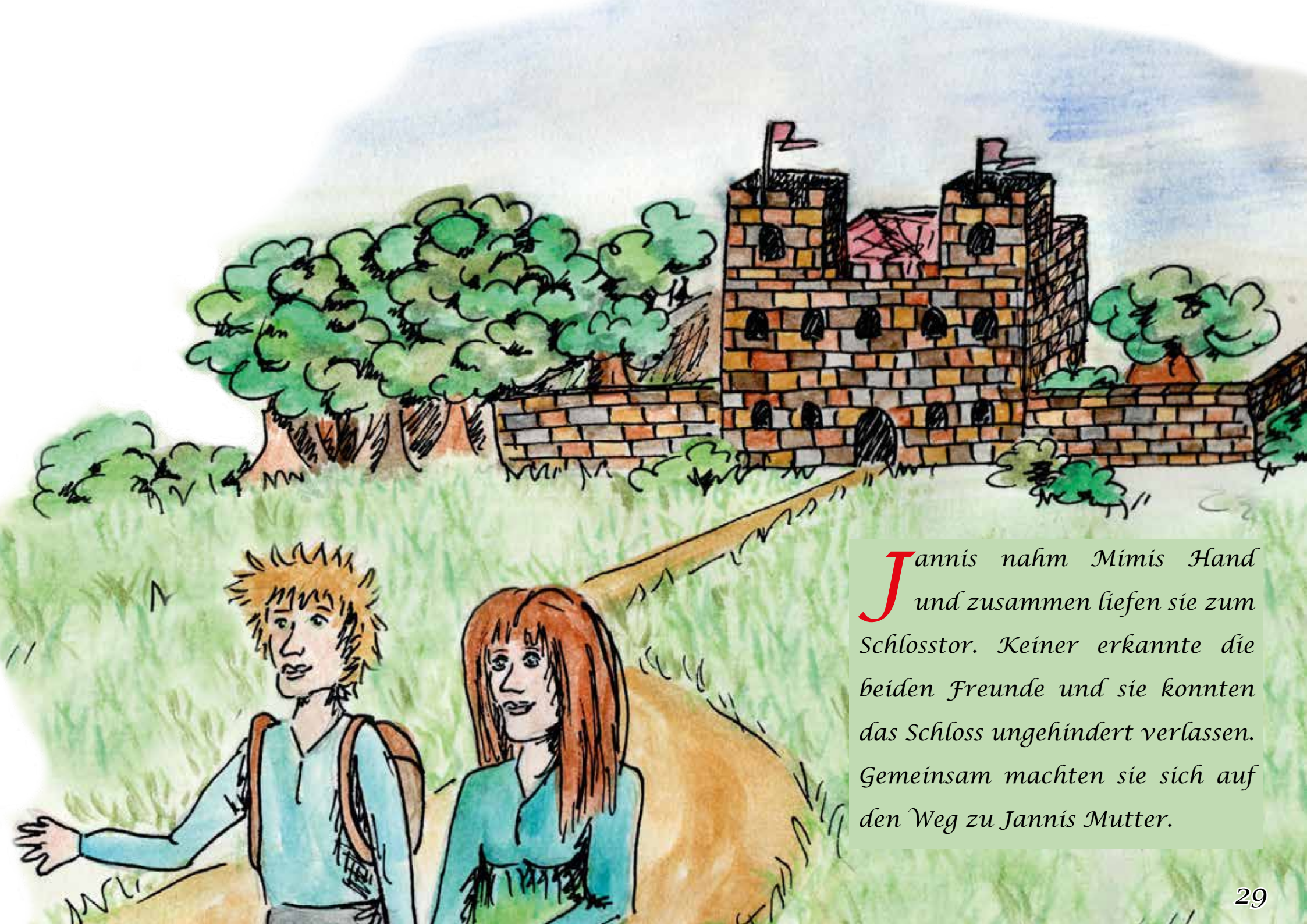


Zusammen wollten sie das Schloss verlassen. Schnell lief Jannis hinauf in sein Zimmer und packte seine Sachen zusammen.



*A*ls Jannis wieder bei Mimi ankam, sah er, dass auch sie von dem Kräutlein gegessen hatte und vor ihm stand eine junge Frau mit kastanienbraunem Haar.





Jannis nahm Mimis Hand und zusammen liefen sie zum Schlosstor. Keiner erkannte die beiden Freunde und sie konnten das Schloss ungehindert verlassen. Gemeinsam machten sie sich auf den Weg zu Jannis Mutter.

*J*annis Mutter erkannte ihren Sohn sofort und schloss ihn überglücklich in ihre Arme. Jannis stellt ihr seine Freundin Mimi vor und beide erzählten von all ihren Erlebnissen.



*Gemeinsam eröffneten sie einen Kräuterladen
und lebten glücklich bis an ihr*

Lebens **ende.**



**DRK-Landesverband
Westfalen-Lippe e.V.**
Sperlichstraße 25
48151 Münster

Tel. 0251 9739-133
www.drk-westfalen.de