

Experimente für Clever Foodies

Grün vergeht

Ist dir schon einmal aufgefallen, dass es sehr viel grünes Gemüse gibt? Das liegt daran, dass der grüne Pflanzenfarbstoff in der Natur eine ganz besondere Rolle spielt: Mit ihm verwandeln Pflanzen Sonnenlicht in Energie, die sie zum Wachsen brauchen. Forscher haben außerdem herausgefunden, dass die grüne Pflanzenfarbe für den Menschen sehr gesund ist. Der Farbstoff kann sich aber verändern, wenn grünes Gemüse gekocht wird. Probiere es aus!



Du brauchst:

- 6 ähnlich große Stücke frischen Brokkoli
- 1 Topf
- 1 Schaumkelle oder Löffel
- 1 Küchen-Timer oder Uhr

Damit du die Ergebnisse des Versuchs kosten kannst, achte darauf, dass du den Brokkoli gut wäschst und die Küchengeräte sauber sind.

ACHTUNG: Bitte einen Erwachsenen, dir beim Kochen auf dem Herd zu helfen!

So geht's:

- 1 Wasche die Brokkoli-Stücke.
- 2 Bringe etwas Wasser in dem Topf zum Kochen.
- 3 Gib 5 der 6 Brokkoli-Stücke vorsichtig ins kochende Wasser. Reduziere die Temperatur, sodass das Wasser nur noch leicht köchelt.
- 4 Hole je ein Stück Brokkoli mit der Schaumkelle aus dem kochenden Wasser nach 1 Minute, 3 Minuten, 5 Minuten, 10 Minuten, 20 Minuten.

Was beobachtest du?

Lass das Gemüse abkühlen und vergleiche dann auch den Geschmack der verschiedenen Brokkoli-Stücke.

Viel Spaß beim Experimentieren!

Dies kannst du noch erforschen:

- Mache ein ähnliches Experiment mit grünen Bohnen oder anderem grünen Gemüse. Es kann sein, dass du andere Kochzeiten wählen musst, um die Veränderung des Farbstoffs zu beobachten.
- Koche grünes Gemüse mit und ohne Natron. Vergleiche das Ergebnis.
- Kennst du andere Gemüsesorten, die ihr Aussehen beim Kochen verändern? Bitte einen Erwachsenen, der gerne kocht, Beispiele zu nennen und probiere es dann selbst aus.

Hast du's gewusst?

Manche Köche geben eine Prise Natron ins Wasser, wenn sie grünes Gemüse garen. Dadurch bleibt das Gemüse länger leuchtend grün. Allerdings sollte man es dabei nicht übertreiben, denn Natron schmeckt seifig. Zu viel Natron kann deshalb dazu führen, dass das Gemüse zwar gut aussieht, aber gar nicht mehr gut schmeckt.



Experimente für schlaue Feinschmecker

Weitere Experimentiertipps

für zu Hause findest du unter:

www.basf.de/kidslab-schlaue-feinschmecker

