Einladung – Bio kann jeder-Workshop

Linsen, Bohnen & Co. – Hülsenfrüchte von der Verarbeitung bis in die Küchenpraxis

Mittwoch 28.10.2026 von 14:00 bis 18:30 Uhr

Veranstaltungsorte

Astaxa GmbH	**und**	**Dorfgemeinschaftshaus**
An der Salzbrücke 6		**Paul-Motz-Straße 10a**
98617 Ritschenhausen		**98617 Ritschenhausen**

Wie lassen sich Bio-Hülsenfrüchte aus Thüringer Verarbeitung abwechslungsreich und praxistauglich in der Kita- und Schulverpflegung einsetzen? Welche Vorteile bieten Linsen, Kichererbsen und Bohnen für eine ausgewogene und nachhaltige Ernährung? Und wie können sie zu einer vielfältigen und stärker pflanzenbetonten Speiseplanung beitragen?

Von der Verarbeitung in die Küchenpraxis

Bei einem **Produktionsrundgang durch die Astaxa GmbH** erhalten Sie Einblicke in die Verarbeitung von Bio-Hülsenfrüchten, von der Reinigung über das Vorkochen und Trocknen bis zur Abpackung. Die auf diese Weise vorbereiteten Bio-Hülsenfrüchte ermöglichen eine effiziente Weiterverarbeitung und tragen dazu bei, Arbeitszeit, Energie und Zubereitungsaufwand in der Küche zu reduzieren. Im Anschluss beleuchten wir die Vorzüge einer hülsenfruchtreichen Kita- und Schulverpflegung und geben Tipps für den praktischen Einsatz. Außerdem zeigen wir, wie Bio-Lebensmittel schrittweise und wirtschaftlich auf den Speiseplan gebracht werden können.
Ganz nach dem Motto „**Von der Theorie in die Praxis**“ bereiten wir anschließend gemeinsam verschiedene Speisen mit Bio-Hülsenfrüchten zu. Fachlich angeleitet werden Sie dabei von Herrn Asbach, Verpflegungsleiter der Caritas Trägergesellschaft „St. Elisabeth“ gGmbH und leidenschaftlicher Hülsenfrüchte-Liebhaber. Als Profi der Gemeinschaftsverpflegung gibt er praxisnahe Tipps zur Zubereitung und zum Einsatz von Hülsenfrüchten im Küchenalltag. Ob Aufstrich, Zwischenmahlzeit oder Hauptgericht: Sie lernen vielseitige Rezeptideen kennen, die Ihre Speiseplanung bereichern und schmackhafte Alternativen zu Fleischgerichten bieten. Natürlich werden die zubereiteten Gerichte gemeinsam verkostet und es bleibt Zeit für den fachlichen Austausch.

Der Workshop richtet sich an Küchenmitarbeitende, Verantwortliche aus dem Verpflegungsbereich, pädagogische Fachkräfte aus Kita und Schulen sowie alle, die Hülsenfrüchte neu entdecken möchten.
Wir freuen uns, Sie am 28. Oktober live in Ritschenhausen begrüßen zu dürfen!

Mit freundlichen Grüßen vom Thüringer Ökoherz e.V.,
M. Werner
Melanie Werner - Projektleiterin

Gefördert durch:
Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat
aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

Die Veranstaltungsreihe „Bio kann jeder“ ist Teil des Bundesprogramms Ökologischer Landbau (BÖL) – initiiert und finanziert durch das Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH).

Veranstalter:
Thüringer ökoherz

Einladung – Bio kann jeder-Workshop

Programm am 28.10.2026
in Ritschenhausen

Uhrzeit	Inhalt	Referentin/Referent
13:45	**Ankommen bei der Astaxa GmbH**	
14:00	**Begrüßung und Vorstellungsrunde** Informationen zu „Bio kann jeder“	Tina Hesse & Sara Flügel, Thüringer Ökoherz e.V.
14:30	**Produktionsrundgang bei der Astaxa GmbH** Verarbeitung von Bio-Hülsenfrüchten in der Praxis	Anke Herbrich, Astaxa GmbH
15:30	**Wechsel zum Dorfgemeinschaftshaus Ritschenhausen**	Eigene Anfahrt
15:45	**Pause** Mit Bio-Snacks und Bio-Getränken	
16:00	**Bio-Lebensmittel auf den Speiseplan bringen** Bio wirtschaftlich einsetzen: Praxisbeispiele und Kalkulationen	Tina Hesse, Thüringer Ökoherz e.V.
16:20	**Hülsenfrüchte als Eiweißhelden Ihrer Einrichtung** • Warum Hülsenfrüchte für uns so wichtig sind • Mehr pflanzlich, weniger Fleisch: Hülsenfrüchte als vielseitige Alternative • Einsatzmöglichkeiten in Kita und Schule	Sara Flügel, Thüringer Ökoherz e.V.
16:45	**Praxiseinheit – Hülsenfrüchte auf den Teller** • Gemeinsame Zubereitung vielseitiger Speisen mit Bio-Hülsenfrüchten • Praxistipps für den Einsatz in der Gemeinschaftsverpflegung	Lars Asbach, Caritas Trägergesellschaft „St. Elisabeth“ gGmbH und alle Teilnehmenden
17:45	**Verkostung der zubereiteten Speisen** Zeit für Austausch und Praxiserfahrungen	Alle Teilnehmenden
18:15	**Abschluss und Ausblick** • Zeit für offene Fragen und Anregungen • Evaluation	Tina Hesse, Thüringer Ökoherz e.V.
ca. 18:30	**Ende der Veranstaltung**	

Gefördert durch:
Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat
aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

Die Veranstaltungsreihe „Bio kann jeder“ ist Teil des Bundesprogramms Ökologischer Landbau (BÖL) – initiiert und finanziert durch das Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH).

Veranstalter:
Thüringer ökoherz

Einladung – Bio kann jeder-Workshop

Teilnehmende

Die Veranstaltung richtet sich an:

- Küchenleitungen
- Mitarbeitende in Küchenteams
- Verantwortliche aus dem Verpflegungsbereich von Kita und Schule
- Pädagogische Fachkräfte aus Kita und Schule
- Interessierte Akteurinnen und Akteure

Anmeldung

Bis zum 21. Oktober 2026
Wir bitten um eine kurze Anmeldung unter https://app.guestoo.de/public/event/6cc17497-c19b-4ae9-8575-baa5b9fe00f4
Alternativ:
Bitte senden Sie das ausgefüllte Anmeldeformular auf der nächsten Seite an: m.werner@oekoherz.de

Kosten

Es fallen keine Teilnahmegebühren an, da die Veranstaltung im Auftrag des Bundesministeriums für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH), im Rahmen des Bundesprogramms Ökologischer Landbau (BÖL) durchgeführt wird.

Kontakt Veranstalter

Thüringer Ökoherz e.V.
Melanie Werner
Tel.: 03643/8819134
E-Mail: m.werner@oekoherz.de

Bio kann jeder - Nachhaltig essen in Kita und Schule
Die Maßnahme unterstützt mithilfe von regionalen, praxisorientierten Informationsveranstaltungen und bundesweiten Basis-Seminaren Verantwortliche vor Ort dabei, das Verpflegungsangebot für Kinder und Jugendliche nachhaltiger zu gestalten.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Die Bio kann jeder-Veranstaltungen werden im Auftrag des Bundesministeriums für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH) im Rahmen des Bundesprogramm Ökologischer Landbau (BÖL) durchgeführt.

Weitere Informationen finden Sie unter www.biokannjeder.de

Gefördert durch:
Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat
aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

Die Veranstaltungsreihe „Bio kann jeder“ ist Teil des Bundesprogramms Ökologischer Landbau (BÖL) – initiiert und finanziert durch das Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH).

Veranstalter:
Thüringer ökoherz

Einladung – Bio kann jeder-Workshop

Anmeldeformular

Bitte senden Sie dieses Formular ausgefüllt
bis zum 21. Oktober 2026
an m.werner@oekoherz.de

☐ Ich / Wir nehme(n) an der Veranstaltung in Ritschenhausen am 28.10.2026 mit …….. Person(en) teil.

☐ Nein, ich kann leider nicht an der Veranstaltung teilnehmen, bin aber an Informationen zu diesem Thema interessiert. Bei ähnlichen Veranstaltungen können Sie mir gerne wieder eine Einladung schicken.

Name(n), Vorname(n): ……
Einrichtung: ……
Straße: ……
PLZ, Ort: ……
E-Mail: ……
Telefon: ……

☐ Ja, ich habe bereits Erfahrung mit Bio-Lebensmitteln. Wir verwenden (teilweise) schon ökologische und regionale Produkte.

☐ Nein, ich habe noch keine Erfahrung mit Bio-Lebensmitteln.

☐ Mich interessieren vor allem folgende Themen: ……

Datenschutzbestimmungen zur Kenntnisnahme:

Die Teilnehmenden werden darauf hingewiesen, dass es für die Organisation der Veranstaltung erforderlich ist, personenbezogene Daten (Vorname, Name, Institution, E-Mail) zu erfassen und auf elektronischen Datenträgern zu speichern. Die gespeicherten persönlichen Daten werden vom Thüringer Ökoherz e.V. vertraulich und nach den geltenden Regeln des Datenschutzes behandelt. Wir nutzen einige der Daten, um zu Abrechnungszwecken eine Teilnehmerliste zu erstellen und eine Veranstaltungsdokumentation an den Auftraggeber Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE) zu versenden. Sie haben die Möglichkeit, der Nutzung Ihrer Daten zu diesen Zwecken jederzeit zu widersprechen, indem Sie eine E-Mail mit Ihrem Widerspruch an info@oekoherz.de senden. Der Thüringer Ökoherz e.V. ist in diesem Fall zur sofortigen Löschung der persönlichen Daten des/der Teilnehmenden verpflichtet, soweit sie nicht für andere Zwecke weiterhin benötigt werden.
Weiterhin wird darauf hingewiesen, dass zur internen Dokumentation für den Auftraggeber BLE während der Veranstaltung Fotos gemacht werden. Die Fotos werden nur für die verpflichtende Berichterstattung gegenüber der BLE genutzt, nicht veröffentlicht und ausschließlich zu diesem Zweck verwendet.

☐ Ich bin damit einverstanden, dass im Rahmen der Veranstaltung Fotoaufnahmen von mir gemacht und für die Öffentlichkeitsarbeit des Thüringer Ökoherz e.V. (z. B. Website, Social Media, Jahresberichte) verwendet werden dürfen.

☐ Ich möchte zukünftig über weitere Veranstaltungen des Thüringer Ökoherz e.V. durch den kostenlosen Newsletter informiert werden und kann dies jederzeit unter info@oekoherz.de widerrufen.

Datum: …… Unterschrift: ……

Gefördert durch:
Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat
aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages
BÖL Bundesprogramm Ökologischer Landbau
Die Veranstaltungsreihe „Bio kann jeder“ ist Teil des Bundesprogramms Ökologischer Landbau (BÖL) – initiiert und finanziert durch das Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH).
Veranstalter:
Thüringer ökoherz