

# Wo ist die Kokosnuss?

Philippinischer Baum des Lebens



Reis ist das wichtigste Nahrungsmittel auf den Philippinen. Was aber auf dem Inselstaat auffällt, sind die vielen Kokospalmen. Die Philippinas und Philippinos nennen sie „Baum des Lebens“. Etwa 400 Millionen Kokospalmen wachsen auf den Philippinen und sie werden bis zu 60 Jahre alt. Vom Norden bis in den Süden sind sie nicht nur eine Zierde für die tropischen Strände, sie liefern auch wichtige Rohstoffe für die Einheimischen. Seit 4000 Jahren wird praktisch jeder Teil des Baumes - Wurzeln, Stamm, Blätter und Früchte - verwertet.

Im letzten anstösse 06/07 habe ich euch von den Kindern auf den Müllbergen Manilas erzählt. Auch außerhalb von großen Städten arbeiten Kinder z.B. auf Kokosplantagen. Sie klettern wendig auf die hohen Palmen um Kokosnüsse zu ernten.



Baum des Lebens

## BAUM DES LEBENS

Zeichnet mit den Kindern auf ein großes Plakat eine riesige Kokospalme – der Baum des Lebens (Stamm, Palmblätter, Kokosnuss, Blüte). Lasst die Kinder nun dazuschreiben, aus welchen Teilen die Palme besteht und was man daraus machen kann. Hier einige Anregungen:

Das weiße fetthaltige Fruchtfleisch der Nüsse wird entweder getrocknet und geraspelt (Kokosflocken oder -raspeln) oder zu Kokosöl gepresst (vor allem für den Export). Bei uns ist es als wirksames Sonnenschutzmittel beliebt. Für Margarine- und Bratfetherstellung, Waschmittelproduktion wird Kokosmilch als Grundlage verwendet. Die Kokosmilch ist aber auch ein guter und beliebter Durstlöcher. Die Pressrückstände aus den Ölmühlen liefern ein hochwertiges Kraftfutter für das Vieh. Der Blütensaft wird zum beliebten Palmwein vergoren. Die Fasern der reifen Kokosnuss dreht man zu Seilen oder fertigt Teppiche, Matten, Besen, Säcke, Polster- und Matratzenfüllungen, Fischernetze und andere nützliche Gebrauchsartikel. Die Nussschalen dienen als Musikklangkörper oder Brennstoff, der außerdem noch Moskitos vertreibt. Die fasrigen Fruchthüllen werden zum Polieren der Böden verwendet, die Palmstämme zur Möbelherstellung oder als Bauholz für Hütten und Häuser. Aus Palmwedel werden allerlei Flechtwaren hergestellt.

Wenn ihr die Möglichkeit habt, könnt ihr auch ein paar Materialien mitbringen, damit die Kinder eine Vorstellung bekommen.

#### WIE VERWENDE ICH EINE KOKOSNUSS?

Beim Kauf einer Kokosnuss muss beim Schütteln das Kokoswasser zu hören sein (sonst ist sie ausgetrocknet und ungenießbar). Wenn du die Kokosnuss in der Hand hältst, siehst du drei Punkte: 2 davon sind blinde Stellen (hier lässt sich die Nuss nicht aufbohren), 1 davon ist weich. Für den Effekt ist es immer gut, nicht sofort in die weiche Stelle zu bohren. Mit einem spitzen Gegenstand kannst du herausfinden, welches die weiche Stelle ist. Mit einem Hand- oder Akkubohrer bohrst du nun ein Loch in die Nuss, steckst Strohhalme hinein und lässt die Kinder probieren. Du kannst das Wasser auch für Mixgetränke oder Soßen verwenden. Ist sie leer, sägst du die Nuss der Längsachse so ein, dass nur die Schale eingeschnitten wird. Mit einem Hammer schlägt man dann behutsam nacheinander auf beide Hälften damit sich der Kern von der Schale löst. Hin und wieder löst sich das Fruchtfleisch ein wenig schwer von seiner Schale. Wenn du die hartnäckigen Stücke für einige Minuten bei 150° C in den Backofen legst, löst sich die Schale leichter. Das Fleisch ist dann noch immer schön saftig und das typische Kokosnuss-Aroma kommt sogar noch besser zur Geltung.

#### WAS MACHE ICH MIT DER KOKOSNUSS?

Den meisten von uns ist die Kokos bekannt als eine Zutat für Kokosbuserln, -makronen und andere Bäckereien. Neben den Rezepten habe ich hier für euch noch einige weitere Ideen:

#### MUSIK AUS DER KOKOSNUSS

Dazu braucht ihr ordentlich durchgesägte Kokosnuss-Schalen und jemanden, der beim Halten hilft!

#### BONGO-TROMMELN

Zieht ein Stück starke Plastikfolie straff über die Öffnung der Schalenhälfte und klebt sie unten fest. Bindet eine starke Schnur oder einen Gummi unterhalb des Rands fest und verknotet die Enden gut.

#### HOLZTROMMELN

Legt eine Schalenhälfte mit der Öffnung auf ein Stück 4 mm starkes Sperrholz. Umfährt den Rand mit dem Bleistift und sägt den Kreis mit der Laubsäge aus. Klebt das Sperrholz mit Holzleim auf die Schalenhälfte. Bis zum Trocknen könnt ihr die Trommel mit zwei dicken Einmachgummi-Ringen fixieren.



philippinisches Mädchen bei Kokosnussernte



Geschälte Kokosnüsse



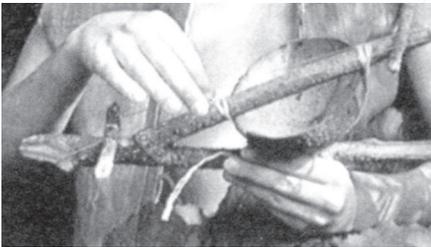
### FLACHRASSELN

Füllt in die Schalenhälfte Erbsen, Linsen, Reis, kleine Kieselsteine oder Nägel und bedeckt die Öffnung entweder mit Folie oder mit Holz (siehe oben). Ihr könnt auch eine Pappescheibe als Deckel ausschneiden und mit Klebeband kreuz und quer festkleben.



### RASSELN

Dazu brauchst du eine ganze Kokosnuss. Bohre bei den 3 „Augen“ ein größeres Loch und befreie sie von der Flüssigkeit. Nun solltest du die Nuss einige Tage gut austrocknen lassen (=Vorbereitungszeit). Fülle durch das Loch kleine Kieselsteine oder Nägel in die Kokosnuss und drehe einen zugespitzten Stab hinein. Am besten fixierst du ihn noch mit einem Holzleim.



### KOKOSNUSSFIDEL

Klemmt zwischen eine Astgabel eine Schalenhälfte. Über den „Steg“ laufen Saiten aus dünner Schnur, die durch ein kleines Aststück in einem bestimmten Abstand zum Holz gehalten werden.

### MUSIKBOGEN

Bastle einen Bogen wie er zum Bogenschießen verwendet wird. Zwischen Stock und Schnur klemmst du die Schalenhälfte und schiebst sie so weit wie möglich in den Zwickel, sodass sie festklemmt. Wenn das Ganze richtig gespannt ist, kannst du deinem Musikbogen schöne Klänge entlocken.

### SPIELE MIT DER KOKOSNUSS

Zu einigen Spielen brauchst du ebenfalls Schalenhälften der Kokosnuss.

### KOKOSNUSS-BALL

JedeR nimmt eine halbe Kokosnuss-Schale in seine Fanghand. Stellt euch im Kreis auf und werft euch auf Zuruf einen Tischtennisball zu. Versucht mit der Kokosnuss-Schale zu werfen und zu fangen, ohne die Hände zu Hilfe zu nehmen.



### FANG DEN FISCH

Bohrt mit dem Handbohrer unter den Rand einer halben Kokosnuss-Schale ein Loch. Knotet eine Schnur in dem Loch fest und bindet an das andere Schnur-Ende eine Holzperle. Das ist der Fisch! Durch geschickte Handbewegungen muss der Fisch nun hochgeworfen und mit der Schale aufgefangen werden. Jeder hat 10 Versuche! Wer die meisten Treffer gelandet hat, hat gewonnen.

### WO IST DIE PERLE?

Dazu braucht ihr drei Schalenhälften. Unter eine Schalenhälfte wird eine Perle gelegt. Einer verschiebt nun die Schalen ganz schnell von links nach rechts und bringt sie ständig durcheinander. Die anderen versuchen, die Schalenhälfte mit der Perle im Auge zu behalten. Wenn der/die SpielerIn mit dem Verschieben aufhört und fragt: „Wo ist die Perle?“ kriegt sie der, der zuerst den richtigen Tipp abgegeben hat. Damit ihr das Spiel lange spielen könnt, ist es sinnvoll, einen kleinen Vorrat an Glas- oder Kunststoffperlen hinter dem Spieltisch zu deponieren.

### LAGERIDEE

Mit Bausteinen aus den Philippinen-Gruppenstunden der vergangenen anstösse-Ausgaben, könnt ihr schon einige Ideen für ein Lager nutzen. Eine weitere Möglichkeit ist einen Inseltag zu gestalten.

Dazu könnt ihr euer Lager super dekorieren: blaue Tücher als Meer, Decken oder Pappe als Inseln, Schilfmatten und Fischernetze an die Wand, Obstkisten als Tische, Palmen aus Papprollen, Bambusstecken als Angeln, usw.

Auch ein fantasievolles Menü ist gefragt: Inselfleischchen, Kokoscreme, Südsee-Drinks, Ice-candies (siehe anschließend) oder typische Asien-Gerichte (Rezepte sind im DKA-Büro erhältlich) usw.

Toll ist es, wenn ihr für jedes Kind eine Kokosnuss zur Verarbeitung mitnehmt. Nach den vielen Basteleien und Spielereien könnt ihr dann den Abend mit einem Palmen- und einem Limbotanz ausklingen lassen.

So wünsche ich euch noch einen schönen Sommer – ich hoffe ihr könnt den einen oder anderen philippinischen Input verwenden. Für weitere Ideen oder Informationen kontaktiert mich bitte noch vor dem Sommer. Und jetzt noch die „Lieblingsspeise“ von meinen zwei philippinischen Freunden:

### ICE-CANDIES HERSTELLEN

Philippinische Kinder lieben ice-candies. Sie sind leicht selber herzustellen. Dazu wird Fruchtsaft in lange dünne Nylonsäcke gefüllt, verschlossen und eingefroren. Ihr könnt selbst solche ice-candies herstellen. Entweder füllt ihr Fruchtsaft in kleine Nylonsäcke ab (gut verschlossen). Ihr könnt den Fruchtsaft auch in Eiswürfelbehälter füllen, nach einer kurzen Frierzeit kleine Stäbchen hineinstecken und dann noch einmal ab in den Gefrierschrank bis eure ice-candies gut durchgefroren sind. In einigen Geschäften gibt es bereits Formen zum Herstellen von Schleckeis nach dem gleichen Prinzip. *Michaela Mörschbacher*

