



[Home](#) > [Natur & Umwelt](#)





NACHHALTIGE BILDUNG

Das ist Indiens erste vegane Schule



Vegetarismus ist in Indien weit verbreitet, Veganismus hingegen weniger: Viele indische Gerichte enthalten Milch oder Milchprodukte wie Ghee oder Joghurt. Die Deutsche Internationale Schule in Chennai tischt jedoch ab diesem Schuljahr nur noch vegane Gerichte auf. Wir verraten die Hintergründe.

Für Vegetarier ist Südasien ein Traum: Vegetarismus ist vor allem in den hinduistisch geprägten Regionen und Gesellschaften weit verbreitet. Geschätzte 30-40 Prozent der Inder leben vegetarisch, viele verzichten ebenfalls auf Eier. In Geschäften und Supermärkten ist die Kennzeichnung vegetarischer Produkte verpflichtend. Veganer haben es da schon deutlich schwerer: Viele indische Gerichte enthalten Milch oder Milchprodukte wie Ghee (geklärte Butter) oder Joghurt. Da Kühe im Hinduismus heilig sind, werden Milchprodukten diverse gesundheitliche Vorteile zugeschrieben. Veganer stoßen hier mit ihrer Ernährungsweise meist auf Unverständnis.

Anzeige

Südindische Schule stellt auf vegane Gerichte um

Vor diesem Hintergrund stellen die Neuigkeiten der Deutschen Internationalen Schule in Chennai eine freudige Überraschung dar: Die bilinguale Schule in der Hauptstadt des südindischen Bundesstaates Tamil Nadu bietet ab diesem Schuljahr nur noch vegane Gerichte und Snacks an. Zum Frühstück, Mittagessen und als Snacks zwischendurch bereitet das Küchenpersonal der Schule für die Schülerinnen und Schüler, Lehrkräfte sowie weitere Angestellte jeden Tag Mahlzeiten zu, die ausschließlich aus frische, regionalen, saisonalen und nicht gentechnisch veränderten Zutaten bestehen.

Seit Mitte des letzten Jahres hatte die Schule Schritt für Schritt ihr Mensaangebot auf vegane Gerichte umgestellt und nach und nach tierische Produkte durch nährstoffreiche Proteine wie Quinoa, Linsen, Seitan, Bohnen und Samen ersetzt. Außerdem steht viel frisches Obst auf dem Speiseplan. Die neuen Gerichte enthalten alle Vitamine und Mineralien, die ein Kind braucht, und versorgen es auch an langen Schultagen mit genug Energie.

LUNCH

AUGUST 2017
GERMAN INTERNATIONAL SCHOOL

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
	1 Creamy Pesto Pasta Bake,	2 Red Thai Curry with	3 Soft Shell Taco,	4 Garlic Noodles.

	Steamed Broccoli, Diced Watermelon	Steamed Rice, Diced Muskmelon	Refried Beans, Chilled Oranges	Beans Sprouts Salad, Diced Apple
7 Falafel Onion Rings, Red Cabbage Salad, Diced Watermelon	8 Smashed Chickpea And Avocado Sandwich, Potato Wedges, Diced Apple	9 Shepherd's Pie, Baked Beans, Diced Muskmelon	10 Macaroni in Spaghetti Sauce, Vegetable Salad, Diced Papaya	11 Holiday
14 BBQ Pasta Burger, French Fries, Diced Muskmelon	15 Holiday	16 Stuffed Potato Flat Bread, Chickpea Curry, Diced Oranges	17 Vegan Mac 'n' Cheese, Diced Papaya	18 Cauliflower Fried Rice, Creamy Broccoli Soup, Diced Banana
21 Italian Herb Bread, Ratatouille, Diced Apple	22 Chef Special Whole Wheat Pizza, Diced Watermelon	23 Barley Minestrone Syrup, Mushroom Pasta, Chilled Oranges	24 Asian Coconut Curry With Steamed Rice, Diced Banana	25 Holiday
28 One Pot Jambalaya With Tomato Pesto Sauce, Diced Banana	29 Chef Special Veg Nuggets With Sweet Corn Soup, Diced Muskmelon	30 Flavored Rice With Dal Curry, Fresh Grapes	31 Falafel Sandwich With French Fries, Diced Oranges	



Anzeige

Gut für das Klima, die Gesundheit und die Tiere

Hintergrund der Ernährungsumstellung an der Schule ist die Einsicht, dass der Konsum tierischer Produkte in höchstem Maße zum Klimawandel beiträgt. Für vegane Lebensmittel werden hingegen deutlich weniger Ressourcen verbraucht. Auch die gesundheitlichen Vorteile, die eine vegane Ernährung mit sich bringt, waren von Bedeutung: Wie in den meisten westlichen Ländern werden in Indien Übergewicht, Diabetes und Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems zu einem immer größer werdenden Problem.

Auch die ethischen Aspekte einer veganen Lebensweise spielten bei der Entscheidung eine große Rolle: Als weltoffene Einrichtung mit einem ganzheitlichen Konzept will die Schule den Kindern nicht nur die Bedeutung von Nachhaltigkeit und Verantwortung vermitteln, sondern auch deren Verbindung zu Tieren stärken. Dafür leben auf dem Schulgelände zahlreiche Hühner, Ziegen, Hunde, Kaninchen und sogar ein Kalb – allesamt aus schlechten Bedingungen gerettet oder aus Tierheimen adoptiert. Der Umstieg auf eine vegane Verpflegung war für die Schule die logische Konsequenz.

Das könnte Sie auch interessieren:

[Praktische Tipps: Vegan muss nicht teuer sein](#)

Anzeige

	<p>Nachtisch "Mansio" 119.00 € bei allnatura.de</p>		<p>Mittel-Hochbett "Pico" 379.00 € bei allnatura.de</p>		<p>Doppelbett "Verona 02" 1,049.00 € bei allnatura.de</p>
---	---	---	---	---	---

Quelle: German International School Chennai; Bilder: German International School Chennai; Autor: kle