



SCHAURIG NACHHALTIGE HALLOWEEN-IDEEN



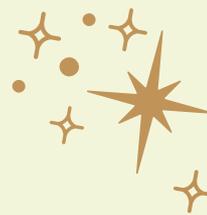
Schon bald heißt es wieder „Süßes, sonst gibt 's Saures“: Halloween steht vor der Tür. Damit die Gruselnacht nicht zum Konsumfest verkommt, haben wir Tipps zusammengestellt, wie ein nachhaltiges und umweltbewusstes Halloween mit viel Freude für Groß und Klein gelingen kann.

NACHHALTIGES HALLOWEEN-KOSTÜM

In einigen Tagen ist Halloween und Sie haben keine Kostüme besorgt?

In den meisten Fällen heißt es jetzt, schnell im Discounter oder Online Last-minute nach Halloween Kostümen suchen. Dass diese oft billig verarbeitet sind und unerwünschte Schadstoffe enthalten können, ist dann nebensächlich. Doch wie kann man Halloween-Kostüme nachhaltig gestalten?

Schauen Sie sich bei Ihrem örtlichen Kostümverleih um – vielleicht ist dort das Passende für Sie und Ihre Familie dabei. Oder Sie basteln Ihr Kostüm selbst? So können Sie sich und Ihre Kinder z. B. von Kopf bis Fuß in Schwarz kleiden und das Gesicht gruselig schminken. Und auch Secondhand können Teile gefunden werden, die zu einem gelungenen Halloween-Outfit zusammengestellt werden können.



JUTEBEUTEL SELBST GESTALTEN

Für die traditionelle „Süßes, sonst gibt 's Saures“-Tour braucht man natürlich etwas, worin die Beute nach Hause gebracht werden kann. Neben Plastiktüten oder kürbisförmigen Plastikkörben, stellt eine selbst bemalte Stofftasche eine nachhaltigere Alternative dar. Dazu wird einfach eine einfarbige Stofftasche mit Textilfarben bemalt. Der Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt.





SCHAURIG NACHHALTIGE HALLOWEEN-IDEEN



VOM KÜRBIS-SCHNITZEN ZUM KÜRBIS-GERICHT

Halloween ohne Kürbis? Das geht nicht! Um nicht auf den Kürbis-Spaß zu verzichten und zugleich nachhaltig unterwegs zu sein, können Sie die Reste zu leckeren Gerichten verwerten. Investieren Sie beim Schnitzen etwas mehr Zeit, um möglichst viel Fruchtfleisch zum Kochen einer herbstlichen Kürbissuppe zu gewinnen. Aus den Kürbiskernen lässt sich durch das Rösten der Kerne ein leckerer Snack zubereiten. Neben diesen Klassikern sind vegane Kürbis-Gnocchi eine kreative Möglichkeit, die Kürbisreste mal anders zuzubereiten:

FÜR VIER PORTIONEN BRAUCHEN SIE:

- 500 g Kürbis
- 190 g Mehl
- Salz und Pfeffer

UND SO BEREITEN SIE DIE KÜRBIS-GNOCCHI ZU:

1. Die Kürbisstücke bzw. das Kürbisfleisch auf ein eingefettetes Backblech legen und bei 180° für 30 bis 50 Minuten im Ofen backen, bis das Kürbisfleisch weich und gar ist.
2. Mit einem großen Löffel das Kürbispüree aus der Schale kratzen und in eine große Schüssel geben.
3. Mehl, Salz und Pfeffer hinzugeben und alle Zutaten zu einem festen Teig verkneten. Der Teig sollte leicht klebrig, aber gut formbar sein. Wenn er zu nass ist, etwas Mehl hinzugeben. Sollte er zu fest sein, kann nach und nach etwas Wasser hinzugefügt werden.
4. Aus dem Teig kleine Kugeln formen und mit einer Gabel leicht andrücken, damit die Gnocchi ihre charakteristischen Rillen erhalten.
5. Salzwasser zum Kochen bringen und die Gnocchi nach und nach hineingeben. Sobald sie aufsteigen und an der Oberfläche schwimmen, sind sie fertig.

GUTEN APPETIT!



SCHAURIG NACHHALTIGE HALLOWEEN-IDEEN

NACHHALTIGE HALLOWEEN-DEKO

Zu einer gelungenen Halloween-Party gehört die entsprechende Deko. Dabei können Sie getrost auf Plastik-Kürbisse und Co. verzichten. Wie wäre es stattdessen mit Spinnnetzen, die aus schwarzer Wolle gesponnen werden? Oder mit Bio-Kerzen, die für schummriges Licht sorgen? Sie können auch gruselige Mandarinen aufstellen: Dafür waschen Sie die Mandarinen, trocknen Sie ab und zeichnen mit einem wasserfesten Marker gruselige Gesichter auf die Schale. Dabei gilt: je schauriger, desto besser.



HALLOWEEN-SÜßIGKEITEN UND SNACKS

Die Jagd nach Süßigkeiten zählt an Halloween zum Highlight vieler Kinder. Bei der Wahl der Süßigkeiten kann darauf geachtet werden, dass bspw. die Verpackung recyclebar ist oder dass Schokolade und Zucker aus nachhaltigen Quellen stammen. Eine weitere Idee für die Halloween-Party sind einfache Wassergläser, die mit einem aufgemalten oder aufgeklebten Kürbisgesicht aufgepeppt und so anstelle von bedrucktem Einweggeschirr verwendet werden können. Wird Multivitaminensaft hineingefüllt, wird das Getränk zum Hingucker auf der Halloween-Party.

Wir hoffen, Ihnen gefallen unsere Ideen für ein nachhaltiges Halloween und wünschen Ihnen und Ihren Kindern eine schöne Gruselnacht.

