

# “Knack die Nuss”

Ich kann gut schwimmen und habe mich auf diese Art rund um den Globus ausgebreitet - überall dorthin, wo es schön heiß ist. Innen drin habe ich ein leckeres Wasser, das den Durst gut löscht und gesund ist. Unter meiner harten Schale habe ich ein weißes Fruchtfleisch. Und außen um meine harte Schale habe ich nochmal einen dicken Schutzmantel. Ich gehöre zu den größten Nüssen, die es gibt und wachse ganz hoch oben auf sehr hohen Bäumen. Der Baum, auf

dem ich wachse, wird in vielen Regionen „Baum des Lebens“ genannt, weil man ihn für viele Dinge nutzen kann. Aus mir macht man auch leckere Plätzchen und Kuchen.

## Wer bin ich?



<b>Name:</b>	<b>Palmendieb</b>
Familie:	Ich gehöre zur Familie der am Landeinsiedlerkrebse.
Das kann ich besonders gut:	Ich bin ein sehr guter Kletterer und kann sogar Kokosnüsse knacken.
Das esse ich:	Ich bin ein Allesfresser, mag aber Kokosnüsse am liebsten.
Das mag ich nicht:	Menschen mag ich nicht besonders, denn für manche bin ich eine Delikatesse.
Hier lebe ich oder meine Artgenossen:	Ich lebe auf den tropischen Inseln im Indischen Ozean und im Pazifik, dort wo es Kokospalmen gibt.
So viele verwandte Arten gibt es von mir:	Ich bin der der größte landlebende Vertreter der Gliederfüßer. Ich gehöre zur Familie der Landeinsiedlerkrebse. In meiner Gattung gibt es nur mich.
Besonderheiten:	Ausgewachsen werde ich bis zu 40 Zentimeter groß und bis zu 4 Kilogramm schwer. Die Spannweite meiner Beine kann bis zu einem Meter betragen.

# Kokosnuss

## Herkunft und Verbreitung

Seile aus Kokos halten noch heute die traditionellen hochseetauglichen Katamarane der Polynesier zusammen. Es wird vermutet, dass deren Vorfahren mit ähnlichen Booten rund 3.000 Jahren von Asien aus die Inselgruppen im offenen Pazifik erreichten. Sie breiteten sich immer weiter aus, im Westen bis nach Madagaskar, im Osten bis nach Hawaii und zur Osterinsel. Die Kokosnuss hatten sie immer mit dabei. Später brachten indische und arabische Seefahrer die Kokospalme auch an die Küsten Ostafrikas. Heute gehört die Kokospalme zu den weltweit wichtigsten Nutzpflanzen. Kokosnüsse für den Weltmarkt wachsen vor allem auf den Philippinen, in Indonesien, Indien und Sri Lanka. Denn die Kolonialmächte, die diese Länder früher beherrschten, förderten dort den Anbau, erst wegen der Taue für die Segelschiffe, die sich aus der faserigen Schale herstellen ließen, später wegen des Kokosöls.

## Die Kokospalme und ihre Früchte

An tropischen Küsten rund um den Globus wachsen Kokospalmen. Sie mögen es warm, feucht und lieben lockeren Boden. Sie werden bis 30 Meter hoch. Der Baum trägt das ganze Jahr über Früchte in verschiedenen Entwicklungsstadien, sodass ständig Kokosnüsse nachreifen. Eine Palme liefert 40 bis 50 Früchte pro Jahr und wird bis zu 120 Jahre alt.

Kokosnüsse sind bis zu 1 kg schwere Steinfrüchte. Die Nüsse sind von einer dünnen, grünen lederartigen Schale umhüllt, unter der sich eine dicke, faserige Unterschicht befindet. Der Kern selbst besteht aus einer harten Schale, der das von einer rotbraunen Haut überzogene weiße Fruchtfleisch schützt.

## Ernte und Verarbeitung

Die Kokosnussernte erfordert viel Kraft und Geschick – egal ob die Kokosnüsse mit langen Stangen vom Boden aus geerntet werden oder ob jemand auf die Bäume klettert, die bis zu 30 Meter hoch sind.

Die Nüsse trocknen unter den hohen Palmen, bis sie ausgereift sind. Oft werden die Kokosnüsse noch auf dem Feld von ihrer Faserhülle befreit. Diese faserige Hülle wird zum Beispiel zur Herstellung von Kokosmatten, Matratzenfüllungen oder vielen weiteren Produkten genutzt. Die harte Schale der Kokosnuss dient als Brennstoff und als Material für Becher oder Schmuck.

Die Nüsse selbst werden nach dem Öffnen der Schale rasch weiterverarbeitet. Es entstehen die verschiedenen Kokosprodukte, die nicht nur köstlich-exotisch schmecken, sondern auch reich an Nährstoffen sind:

- Das weiße Fruchtfleisch in der Kokosnuss enthält 70 Prozent Fett. Es lässt sich pressen, um Kokosöl zu gewinnen, zurück bleibt dabei ein eiweiß- und ballaststoffreicher Rückstand, das Kokosmehl, das in zahlreichen Backrezepten zum Einsatz kommt.
- Wird das Kokosöl nur filtriert und dann abgefüllt, darf es als nativ bezeichnet werden und duftet nach Kokos. Mit Wasserdampf desodoriert riecht es neutral, hält länger und wird als Bratfett eingesetzt.
- Das Fruchtfleisch lässt sich auch vermahlen, auspressen und mit Wasser mischen. Dabei entsteht eine weiße, cremige Flüssigkeit, die Kokosmilch.

- Oft wird das Fruchtfleisch auch getrocknet, heißt dann „Kopra“, und wird zu Chips und Raspeln verarbeitet oder zwischengelagert und später zu Öl gepresst.
- In ihrem Inneren speichert die Kokosnuss eine mineralstoffreiche Flüssigkeit, das Kokoswasser. Da die Menge mit der Reife der Früchte abnimmt, werden zur Gewinnung junge, noch grüne Kokosnüsse geerntet.
- Weitere Produkte sind: Kokosblütenzucker sowie Reinigungs-, Kosmetik- und Pflegeprodukte.

## Wissenswertes für Zukunftsgestalter

Viele Völkern Südostasiens nennen die Kokospalme „Baum des Lebens“, denn er liefert nicht nur Nahrung. Die Stämme werden für den Bau von Booten oder Häusern verwendet, aus geflochtenen Palmblättern werden Dächer gemacht. Kokosfasern werden zu Garnen und Seilen verarbeitet.

Das eigentliche Erfolgsgeheimnis dieser Frucht ist jedoch die äußere Samenhülle, die unseren Supermarktnüssen fehlt: Sie besteht aus einer Faserschicht mit einer ledrigen Außenhaut, durch die die reifen Kokosnüsse lange Strecken im Meer schwimmend zurückzulegen kann. Einmal angespült, treibt der salztolerante Keimling schnell Wurzeln in den Sand und produziert, wenn alles gutgeht, nach wenigen Jahren die ersten Früchte, die ihrerseits ins Meer kullern. Auf diese Weise können sich Kokosnüsse von Insel zu Insel ausbreiten.

### # Bio

Die Bio-Kokospalmen werden in Mischkulturen angebaut, zum Beispiel mit Ananas, Bananen, Mangos, Zimt, Kakao und Kaffee. Es wird dafür kein Regenwald abgeholzt. Gedüngt wird mit nährstoffreichem Kompost aus Kuhmist, Blättern und Kokosfasern. Es werden weder Kunstdünger noch Pestizide eingesetzt – das ist für die Menschen und für die Natur besser und zudem auch günstiger für die Produzent\*innen. Rund ums Jahr – etwa alle sechs Wochen – ernten die Bauern die Kokosnüsse mit Hilfe langer Stöcke.

### # Fairer Handel

Hauptsächlich sind es Kleinbauern, die Kokosnüsse anpflanzen und ernten. Der Faire Handel garantiert, dass die Menschen im Kokosbau eine faire Bezahlung und Arbeitsbedingungen erhalten.

# Kokosnuss

## Ideen für Zukunftsgestalter

### # Klimaschutz

Da bei uns keine Kokosnüsse wachsen, müssen die Kokosprodukte weit transportiert werden und sollten daher bewusst und in Maßen konsumiert werden.

Klimaschutz-Tipps:

[www.bmu-kids.de/wissen/klima-und-energie/klima/klimaschutzaktivitaeten/klimaschutz-kann-jeder/](http://www.bmu-kids.de/wissen/klima-und-energie/klima/klimaschutzaktivitaeten/klimaschutz-kann-jeder/)

### # Knack die Nuss - Weltreise: Zwischenstopp Südseeinsel Tuvalu

Die Insel Tuvalu liegt in der Südsee. Tuvalu ist ein Paradies ohne Touristen. So wie auf Tuvalu stellen sich manche Leute das Paradies vor: der Ozean türkisblau, Strände mit weißem Sand und sich im Wind wiegende Kokospalmen, fast keine Autos, kein Lärm, die Ruhe pur. Was will man mehr? Allerdings ist es fraglich, wie lange es dieses Paradies noch geben wird. Tuvalu liegt nur 2 Meter über dem Meeresspiegel und droht im Meer zu versinken, da der Meeresspiegel durch den Klimawandel immer mehr ansteigt.

Informationen über das Leben und den Alltag der Kinder auf der Südseeinsel Tuvalu: [www.kinderweltreise.de/kontinente/australien/tuvalu/alltag-kinder/](http://www.kinderweltreise.de/kontinente/australien/tuvalu/alltag-kinder/)

### # Weitere Infos

Spannende Infos rund um die Kokosnuss findet man unterfolgenden

Seiten: [www.kokos-seite.de/Kokos/palme.html](http://www.kokos-seite.de/Kokos/palme.html)

<https://schrotundkorn.de/umwelt/woher-kommt-die-kokosnuss>

### # Geschichte: Leela erzählt über den Anbau von Bio-Kokosnüssen

Leela, die zwölfjährige Tochter eines Kokos-Bauern aus Sri-Lanka, erzählt: „Hallo, ich bin Leela aus Sri Lanka. Mein Vater ist Bauer und unsere Familie lebt vom Anbau und der Verarbeitung von Kokosnüssen. Seit einigen Jahren produziert mein Vater Bio-Kokosnüsse. Früher

benutzen wir chemische Pflanzenschutzmittel und Kunstdünger. Das war sehr teuer und schädlich für die Umwelt. Heute düngen wir mit den Faserhüllen der Kokosnüsse und mit Tierdung. Wenn wir Probleme oder Fragen haben, hilft uns immer der Agraringenieur des Bio-Kokoshändlers, der sowieso einmal pro Monat alle Bio-Bauern besucht.

Zwischen den Kokospalmen bauen wir leckere Ananas und Bananen an. Auch unsere Tiere freuen sich über den Schatten, den die Kokospalmen ihnen beim Weiden bieten.

Der Bio-Kokoshändler garantiert, dass er alle unsere Kokosnüsse zu einem festen Preis kauft. Deswegen haben wir jetzt mehr Geld als früher. Meine Mutter hat einen sicheren Arbeitsplatz in der Kokosmühle. Dort werden die Bio-Kokosnüsse ganz ohne Chemie verarbeitet. Sie schmecken deshalb besonders gut.

Doch der Bio-Kokoshändler tut auch etwas für uns Schulkinder. Wir haben jetzt eine Überdachung an der Schule bekommen, damit wir nicht im Regen stehen müssen.“

Quelle: [www.kokos-seite.de/Kokos/kind.html](http://www.kokos-seite.de/Kokos/kind.html)





„Knack die Nuss“



„Knack die Nuss“









# Impressum

Herausgeber:



kikuna - Zukunft Nachhaltig Gestalten e.V.  
Wagnerstraße 6, 89160 Dornstadt/Bollingen  
info@kikuna-welt.de  
www.kikuna-welt.de

Der Herausgeber ist für den Inhalt allein verantwortlich.

Idee und Konzept: Karin Wirnsberger  
Textarbeit: Karin Wirnsberger  
Mitwirkende: Teresa Jans, Ina Heimann, Zita Chocano, Roswitha McLeod u.a.  
Illustration und Layout: Andreas Naumann, mees + zacke  
Dornstadt, November 2020

Gefördert durch:



mit Mitteln des  
Kirchlichen  
Entwicklungsdienstes

**ENGAGEMENT  
GLOBAL**  
Service für Entwicklungsinitiativen



Mit Mitteln des



Bundesministerium für  
wirtschaftliche Zusammenarbeit  
und Entwicklung