THE ART OF BENTO

Deutsche Textfassung der Präsentation von team-OMUSUBI. Die folgenden Abschnitte geben die Texte der 14 Folien in ihrer Reihenfolge wieder.

1 THE ART OF BENTO

Japanische Esskultur × Kreativität × Teamarbeit

Gemeinsam wird aus einer leeren Box eine Schatzkiste.

Ein japanisches Bento zeigt, wie aus Vielfalt ein harmonisches Ganzes entsteht. Unterschiedliche Zutaten übernehmen ihre Rollen und bringen ihre Stärken ein. Wie in einem kreativen Team zählt ihr Zusammenspiel: Es begeistert die Menschen, für die das Bento gedacht ist, und macht Lust auf mehr.

Gemeinsam gestalten. Gemeinsam wachsen.

2 Was ist THE ART OF BENTO?

Japanische Bento-Kultur als Teamerlebnis für Unternehmen

Bento ist weit mehr als ein Mittagessen.

Saisonale Zutaten, ausgewogene Ernährung, Farben und Fürsorge für andere: In der kleinen Box steckt viel japanisches Wissen und Sinn für Ästhetik.

Bei THE ART OF BENTO stellt sich jedes Team einer neuen Mission. Gemeinsam planen die Teilnehmenden den Einkauf, kochen, gestalten und präsentieren ihre eigene Bento-Box.

Im Mittelpunkt steht, wie das Team die Aufgabe versteht und gemeinsam umsetzt. Kochkenntnisse sind dabei zweitrangig.

3 Was Ihr Team dabei gewinnen kann

Beim gemeinsamen Gestalten zeigen sich neue Seiten des Teams.

Herausforderungen gemeinsam lösen, bei denen KI allein nicht weiterhilft

- Miteinander ins Gespräch kommen
- Rollen verteilen und Entscheidungen treffen
- Mit begrenzten Mitteln kreative Lösungen finden
- Individuelle Stärken im Team neu entdecken
- Gemeinsame Erfolge erleben
- Eine Erfahrung teilen, die im Alltag weiterwirkt

Eine Box. Eine Mission. Ein Team.

4 Das Programm rund vier Stunden

Entdecken, planen, einkaufen, gestalten, präsentieren, genießen und reflektieren

1 Bento entdecken — 20 Min.

2 Mission & Teamplanung — 15 Min.

3 Einkauf mit 50 € — 40 Min.

4 Kochen & Gestalten — 60 Min.

5 Präsentation & Bewertung — 40–50 Min.

6 Essen & Reflexion — 45 Min.

5 SCHRITT 1 Die Ästhetik des Bento

Warum widmet man in Japan einer kleinen Box so viel Aufmerksamkeit?

• Einblick in die japanische Bento-Kultur

• Saisonalität, Farben und ausgewogene Ernährung

• Zutaten bewusst und vollständig nutzen

• Die Verbindung zwischen Natur, Erzeugern und Essen

Vor dem Kochen entdecken die Teams die Ideen und Werte, die ein Bento prägen.

6 SCHRITT 2 Die Missionskarte

Gleiche Zutaten, anderes Ziel: So entstehen unterschiedliche Bentos.

Für wen kochen wir?

Das Team zieht eine Missionskarte.

• Ein Bento für Kinder

• Ein Bento, das Berlin ausdrückt

• Ein Bento, das nach Frühling schmeckt

• Wie sieht ein nachhaltiges Bento aus?

Es gibt keine vorgegebene Lösung. Das Team interpretiert die Mission und legt gemeinsam seine Richtung fest.

7 SCHRITT 3 Einkauf mit 50 €

Budget, Zeit und Werte: Unter klaren Vorgaben entscheidet das Team gemeinsam.

• Budget pro Team: 50 €

• Ein Menü passend zur Mission entwickeln

• Zutaten auswählen und das Budget einhalten

• Saison, Nährstoffe und vorhandene Zutaten beachten

• Sich abstimmen und zügig entscheiden

Entscheidend ist der gemeinsame Weg: Wie trifft das Team Entscheidungen und setzt sie um?

8 SCHRITT 4 Kochen und Gestalten

Das Kochen liefert die Grundlage. Die Gestaltung ist die Herausforderung.

Mit den eingekauften Zutaten kocht das Team gemeinsam.

• Aufgaben verteilen und gemeinsam kochen

• Geschmack und Nährstoffe ausbalancieren

• Farben, Anordnung und freie Flächen gestalten

• Die Geschichte der Mission in der Box erzählen

Am Ende entsteht ein Werk, das nur dieses Team so gestalten konnte.

9 Fünf Grundsätze für ein Bento

Gemeinsame Orientierung für die Gestaltung und die Bewertung

1 — Geschmack & Qualität — Geschmack & Harmonie — Macht dieses Bento — Lust auf mehr?

2 — Harmonie — Ernährung & Aufbau — Wie ausgewogen ist — das Gesamtbild?

3 — Die Aufgabe lösen — Saison & Nachhaltigkeit — Erfüllt es die Wünsche — der Zielgruppe?

4 — Humor — Farbe, Anordnung, Freiraum — Welche Idee bringt — Freude in den Alltag?

5 — Geschichte — Für wen ist dieses Bento? — Was möchte das — Team vermitteln?

10 SCHRITT 5 Präsentation

Das Team stellt sein Bento in eigenen Worten vor.

• Wie heißt unser Bento?

• Für wen haben wir es gemacht?

• Was bedeutet die Mission für uns?

• Was war uns besonders wichtig?

• Welche Entscheidung fiel uns am schwersten?

In 3–5 Minuten teilt jedes Team seine Gedanken und Entscheidungen hinter dem fertigen Bento.

11 THE ART OF BENTO GRAND PRIX

Die Gäste wünschen sich ein Bento-Erlebnis, das sie berührt.

Bewertung anhand der fünf Grundsätze

• Preis für die beste Geschichte

• Preis für die beste Gestaltung

• Preis für die beste Teamarbeit

• The Art of Bento Grand Prix

Wir würdigen die Ergebnisse aus unterschiedlichen Perspektiven. Dabei üben wir, Stärken zu entdecken und Wertschätzung auszudrücken. Gerade Führungskräfte und Jury sind gefragt, offen und flexibel zu urteilen.

12 GEMEINSAM ESSEN

Zum Abschluss kommen alle an einem Tisch zusammen.

Verschiedene Teams.

Dieselbe Mission.

Unterschiedliche Bentos.

Ein gemeinsamer Tisch.

Beim Essen entstehen Gespräche über Abteilungen und Hierarchien hinweg.

Beim gemeinsamen Essen erleben die Teams unmittelbar, ob ihre Bentos den Gästen und ihnen selbst Freude bereiten. Gemeinsam erkunden sie, was dazu beigetragen hat und was sie beim nächsten Mal anders machen würden.

13 REFLEXION Impulse im Alltag

Wenn Mitarbeitende danach selbst Bentos mitbringen, kann Neues entstehen.

• Mehr gemeinsame Gesprächsthemen

• Bewusster essen und den Alltag gestalten

• Mehr Freude in der Mittagspause

• Ideen leichter miteinander teilen

• Eigene und fremde Stärken neu wahrnehmen und im Team besser zur Geltung bringen

Die Erfahrung kann über den Tag hinaus wirken und neue Impulse für das Miteinander geben.

14 Rahmen und Leistungen

THE ART OF BENTO: Teambuilding für Unternehmen

Dauer: Ca. 4 Stunden

Gruppengröße: Ca. 12–20 Personen (4 pro Team)

Budget: 50 € pro Team

Preis: 120 € pro Person (alles inklusive)

Inklusive: Moderation / Reis und Grundgewürze / Kochutensilien / Missionskarten und Materialien / Auszeichnungen