

Kochen auf der Freizeit will erst mal gelernt sein

CVJM Bei einer Schulung in Fellbach erfahren Hobbyköche, wie sie am besten gesundes Essen in großen Mengen zubereiten.



Die Dosierung beim Kochen muss stimmen.



Freizeitköche am Werk. Fotos: Kurt Schmauder

Bei Veranstaltungen und Freizeiten müssen die Vereinsköche meistens für deutlich mehr Personen als üblich kochen. Und das ist gar nicht so einfach. Deshalb haben vor kurzem 16 Freizeitköche eine von der Bürgerstiftung Fellbach (Hans-Martin-Schrage-Fonds), dem Stadtjugendring Fellbach, der Kochschule Armand und dem CVJM Fellbach geförderten Schulung teilgenommen.

Für die Schulung galten klare Vorgaben: Entsprechende Vorschriften sind einzuhalten und dabei die Zubereitung der Speisen unter gesunden, regionalen, biologischen und fair gehandelten Aspekten umzusetzen. Dieser Aufgabe stellte sich der CVJM Fellbach, und der Verein entwickelte ein Konzept, das sich an fünf Abenden mit drei bis fünf Stunden Unterricht umsetzen ließ.

Die Ausschreibung der Schulung war klar formuliert. So sollten an den geplanten Abenden unterschiedlichste Personen, welche in der Regel bei Freizeiten, in Jugendeinrichtungen, an Gruppenwochenenden oder bei Veranstaltungen für eine größere Personenzahl kochen, angeleitet und ausgebildet werden. Hierzu gehört auch die Einbeziehung von Kindern und Jugendlichen, die hierdurch selber Erfahrungen und Wissen im Blick auf gesundes Kochen lernen sollen. Dieses Wissen tragen die Kinder auch in ihre Elternhäuser oder in ihre Jugendgruppen in Vereinen und tragen damit bei, eine gesunde Kochkultur zu erhalten.

Darüber hinaus erhofften sich die Macher des Projekts, dass sich neue und jüngere Personen angesprochen fühlen, bei Frei-

zeiten oder Veranstaltungen die Verantwortung in der Küche zu übernehmen.

Bei der Schulung war viel geboten: praktische Kochübungen, Besonderheiten und Tricks bei großen Mengen, Zeitplanung, Erstellen von Speiseplänen, Mengenberechnungen, Hygiene in der Küche, Kennzeichnungspflicht von Lebensmitteln, Herstellen von Allergiker-Essen sowie Einkaufsstrategien unter Berücksichtigung von regionalen, biologischen und fair gehandelten Aspekten.

Ebenso wurde bei der Schulung über Kalkulation, Rezepte, pädagogische Modelle zur Beteiligung von Teilnehmern und Umgang mit Lebensmittelresten gesprochen. Auch theologische Aspekte zum Thema „Unser tägliches Brot gib uns heute“ waren Thema.

Für die Schulungsabende konnten ein Fachmann vom Veterinäramt und Lebensmittelüberwachung Rems-Murr-Kreis, eine Hauswirtschaftslehrerin, der Landesreferent des Evangelischen Jugendwerkes in Württemberg für Jugendarbeit auf dem Lande sowie die Kochschule Armand aus Fellbach gewonnen werden.

Höhepunkt für die 16 Teilnehmer war sicherlich der praktische Kochkurs, der so ausgelegt war, dass ein viergängiges Menü hergestellt wurde, wie es auch bei Veranstaltungen auszugswise oder als Ganzes gemacht werden könnte. Hierbei wurden viele Tricks und Kniffs durch den „Lehrkoch“ vermittelt. Der CVJM Fellbach hofft jetzt, dass die Begeisterung der Kochschüler weiter anhält und sie sich auch an die Verpflegung größerer Personengruppen trauen.

Beim Kochkurs bringen die 16 Teilnehmer ein Vier-Gang-Menü auf den Tisch.



Das Essen sieht schmackhaft aus.



Ein leckerer Nachtisch darf nicht fehlen.

red