

Fränkischer Tag 24.04.2018

Kinder und Gemüse? Geht in Ebern bei der Awo!

Die Großküche in Ebern stellt nicht nur täglich 2000 Essen bereit. Die Awo bietet auch Aufklärung an: Warum Gemüse essen? Oder zuckerreduziert?



Martina Binzenhöfer sieht es als wichtige Aufgabe an, nicht nur gesundes Essen an Kinder und Jugendliche zu verkaufen, sondern auch mit Aufklärungsveranstaltungen bei Eltern das Bewusstsein zu schärfen. Diese kleinen Rezeptflyer haben Haßfurter Mittelschüler mit Liebe zum Detail selbst gestaltet und vor allem auch die Rezepte für die Brotaufstriche selbst zusammengestellt.

Brokkoli, Karotten, Blumenkohl und Spinat. Die Mitarbeiter der Awo-Großküche "Gesundes Kochen", kurz "GeKo", bekommen Gemüse so hin, dass es Kinder anstandslos verdrücken. Bei der Arbeiterwohlfahrt (Awo) in Ebern geht man noch ein Stück weiter: Das Engagement hört nicht bei der Zubereitung und Anlieferung der Essen auf. Die "GeKo" bietet ihren Kunden, Kindergärten, Schulen, Mittagsbetreuungen, Elternvorträge an, die die Arbeit in der Küche beleuchten und weitere ernährungsphysiologische Hintergründe erhellen.

Martina Binzenhöfer ist gelernte Köchin und Diätköchin und bei der Awo in Ebern im Qualitätsmanagement. Sie hält solche Vorträge: "Wir begleiten gerne, weil wir eine Philosophie dahinter haben."

Am Personal wird nicht gespart

Bei der Arbeiterwohlfahrt wird mit Personalaufwand das geleistet, was sich mancher gastronomische Betrieb durch Tiefkühl-Einkäufe, Soßenpulver sowie Fertigprodukte einspart. "Wir bemühen uns um Frische", betont Binzenhöfer. Freilich benutzt man auch bei der Arbeiterwohlfahrt tiefgefrorene Erbsen oder Dosenmais; es wird auch ein Fisch gekauft, der bereits paniert ist (ohne Geschmacksverstärker allerdings).

Das war's dann aber schon. Das Fleisch wird beim örtlichen Metzger gekauft, die Schnitzel selbst paniert und Fritteusen sucht man bei der Awo vergeblich. Dafür gibt es hier die gute alte Pfanne.

In der Küche sind sie gerade am Aufräumen, Haymé Heiles und Justyna Wohlfromm-Pskit, die beiden gehören zu den Küchenhelfern, die zur Stelle sind, wenn die 80 oder 200 Kilogramm Kartoffeln für den Kartoffelsalat oder als Beilage geschält werden müssen. Bei den großen Mengen sind es schon vier bis fünf Leute, schmunzelt Binzenhöfer. "Man kann dabei reden," sagt Justyna. Atemberaubend schnell können die beiden schälen.

Die Maschine kann das nicht

Eine Maschine kann ihre Arbeit nicht leisten. Diese braucht Kartoffeln in Normgröße. Die Awo hingegen kauft ihre Kartoffeln von Bio-Bauer Thomas Appel aus Bischwind; das Bio-Dinkelmehl liefert Landwirt Franz Bayer aus Kerbfeld. "An Bio-Karotten sind wir dran", erzählt Martina Binzenhöfer. Ansonsten kauft die Awo regional ein. Binzenhöfer erlebt, dass "die Leute immer mehr drauf gucken, dass die Sachen, die sie essen, regional sind". Berufstätige Eltern wollen für ihre Kinder wenigstens einmal am Tag ein warmes und gutes Essen. Dafür zahlen sie bei der Awo (je nach Bezuschussung in der Kommune vor Ort) nicht einmal so sehr viel mehr Geld.

Den Mehraufwand in der Essensproduktion "muss man wollen", betont Martina Binzenhöfer, "andere machen halt ihr Päckle Soßenpulver auf" oder kaufen die geschälten, begasten und geschwefelten Kartoffeln.

Bei der Awo geht's ohne Geschmacksverstärker, ohne Soßenpulver. Selbstgekochte Blumenkohl- oder Brokkolisuppe schmeckt aus frischem Gemüse anders. Jeden Tag bietet die Awo in Kindergärten und Schulen sowie in ihren eigenen Gasträumen auf dem früheren Eberner Kasernengelände noch dazu ein frisches Salatbuffet an. Martina Binzenhöfer weiß: "Kinder müssen etwas zehn Mal probieren, bevor sie es mögen." Ein Salatbuffet bietet die Möglichkeit zu kosten. Schmeckt es mit diesem oder jenem Dip? Und auch der ist selbst gemacht.

Gemüse mit Biss

Apropos, damit das Gemüse nicht matschig wird, produziert die Awo jeweils mehrfach am Vormittag nach, um lange Warmhalte- oder Standzeiten zu vermeiden. Karotten etwa werden kurz angeschwenkt und kommen vor dem Punkt raus aus der Pfanne und in die Warmhaltebox. So garen sie während des Transports nach und sollten dann, wenn sie auf den Tisch kommen, gerade richtig sein.

Der Erfolg gibt den Machern Recht: 1500 Essen liefert die Großküche aus, daneben bereiten die Mitarbeiter in den Mensen am Haßfurter "Silberfisch" oder am Eberner Gymnasium Essen und Snacks zu. Wenn Pizza-Tag ist, gehen locker mal 300 am Tag über den Tresen. Die Awo liefert den Teig, die Kinder können sich ihre Pizza so belegen, wie sie es wollen. Dass der Teig aus dem "gesünderen" Dinkelmehl ist, merkt kein Mensch. Bei den Hamburgern, einem weiteren "Renner", gelingt es, die Kinder zum Gemüseessen zu verführen und Essen gesünder zu machen: Ins Hackfleisch ist 30 Prozent gehäckselte Karotte eingearbeitet.

Das eigene Ketchup-Rezept ist superlecker

Beim Ketchup hat die Awo ihr eigenes zuckerreduziertes Rezept. Für die Süße sorgen Honig, Apfelmus, Orangensaft. So kann der Anteil des weißen Zuckers auf einen Bruchteil dessen heruntergefahren werden, den ein konventionelles Ketchup hat.

Martina Binzenhöfer ist stolz, dass die Awo den üblichen "Burger"-Herstellern Konkurrenz macht. "Wir kommen nicht hinterher, das lieben die Kinder."

Motivation für Schüler

Gemüse steckt in vielen weiteren Produkten, der Ingwerpaste zum Beispiel, mit der Curry-Rezepte gewürzt werden, oder in der gekörnten Brühe. "Die machen wir auch selber."

Bei einem Workshop in der Haßfurter Mittelschule hat Martina Binzenhöfer die Schüler motiviert, dass sie eine Reihe von eigenen Brotaufstrichen herstellten und bei einem Aktionstag verkauften. Mit den Rezepten entstanden Flyer, die die IT-Abteilung der Schule herstellte und druckte.