

Miniköche Zum Abschluss kommen Fruchtspieße mit Marshmallows auf den Grill. Beutezug im Kräutergarten

Miniköche: Blüten und Blättchen für das perfekte Aroma



TROCHTELFINGEN. Zum Abschluss kommen fruchtige Spießchen mit Marshmallows auf den Grill. Miniköche-Teamleiterin Verena Bucher drückt beide Augen zu. Kleine klebrige Sünden dürfen zum Abschlussfest sein, zumal ja die Gemüseplatte danebensteht. In zwei Jahren haben die Alb-Gold-Miniköche, die inzwischen Freunde am Herd in Tübingen und Hechingen dazubekommen haben, viel über gesunde Ernährung erfahren, haben sich beim Kochen mit Profis deren Tricks abgespickelt, gelernt, wie die Spätzle elegant ins Wasser schlupfen, wie fruchtige alkoholfreie Cocktails gemixt werden, dass Sauberkeit zum Küchengeschäft gehört und wie eine festliche Tafel gedeckt wird.



Und immer wieder das Duftfläschchen öffnen. Die Miniköche im Kräutergarten.
FOTO: JSG

Musikalisches Schmankerl

Das musikalische Schmankerl zum Grillfest mit Eltern servierten fünf Tübinger Miniköche um Gerhard Mayer, der eigens ein Miniköche-Lied komponiert hatte. Die aromatischen Zutaten zum Schmaus hatte der Nachwuchs am Herd, zum Kennenlernen hatten sich alle drei Gruppen am Dienstag in Trochtelfingen versammelt, zuvor im paradiesisch schönen Alb-Gold-Kräutergarten gesammelt.

Von den beiden Kräuterkennerinnen Beate Spohn-Grundert und Dorothea Vierl erfuhrt die Gesellschaft vieles über die sagenhaften Aromen von Gewürz- und Heilkräutern, wofür sie verwendet und wann sie geerntet werden. Praktisches Wissen, das beim anschließenden Grillen umgehend ausprobiert werden konnte.

Selbst der Beifuß, der Verdauungshelfer der fetten Martinsgans, kam ins Körbchen. Natürlich Schnittknoblauch für die Kräuterbutter, reichlich Thymian und Salbei, das muss für Fleischmarinaden, damit die Koteletts schön saftig bleiben. Die purpurnen Zungenblätter der Indianernessel geben den Obstspießen das gewisse Etwas.

Der Kräutergarten hält noch viel mehr Blüten und Blättchen für das perfekte Aroma von Speisen und Getränken und auch gegen kleine Malessen bereit. »Zerriebene Zitronenmelisse tupft man drei Mal täglich auf den Lippenherpes, dann verschwinden die lästigen Bläschen«, erklärte Kräuterexpertin Beate Spohn-Gundert. Wer mit Estragon würzt, kann Salz sparen. Die Blätter der alten Duftrosenarten morgens auf verquollene Augen gelegt, glätten. Minze wirkt, wie Ingwer auch, gegen Übelkeit und die frischen kampferhaltigen Blätter des Mutterkrauts gegen Migräne.

»Und immer wieder die Duftfläschchen öffnen«, forderte die Gärtnerin zum Streicheln der Pflanzen auf, die ihren Duft dann geradezu verschwenderisch verströmen. (jsg)