

Miniköche in Zusmarshausen - Essen ist mehr als die Aufnahme von Nährstoffen

von [Monika Saller](#) aus [Augsburg-Stadt](#)



Der Garten gehört zur Ausbildung der Miniköche. Foto: Bethel Fath

Kochen als Schule fürs Leben. Kinder erhalten eine ausführliche Ausbildung rund ums Thema Ernährung und gestalten so das Essen in ihren Familien neu. Es geht darum, Grundlagen zu kennen und Zusammenhänge zu verstehen. Unsere moderne Lebensweise mit Eltern als Doppelverdiener und Kindern in Ganztagschulen ist finanziell oft nötig und hat auch sonst viele Vorteile. Als Nebenwirkung wird in den Familien immer weniger selbst gekocht. Das aber hat Folgen. Das Wissen um gesunde Ernährung, Nachhaltigkeit im Haushalt und Wirtschaften mit Lebensmitteln wird nicht mehr automatisch an die nächste Generation weitergegeben und geht nach und nach verloren.

Die Vision

Schon vor 30 Jahren entstand deshalb aus einem Ferienprogramm in Bartholomä auf der Schwäbischen Alb die Idee, Köchen im Kindesalter nicht nur in Tagesaktionen, sondern in einem zweijährigen Kurs, das Kochen zu zeigen und alles was damit zusammenhängt. Inzwischen ist das Projekt zu einer europaweit agierenden gemeinnützigen GmbH angewachsen. Jürgen Mädger, geschäftsführender Gesellschafter, hat die Europa Miniköche ins Leben gerufen mit der Überzeugung: „Unsere Zukunft können wir nur sichern, indem wir unser Wissen und unsere Fertigkeiten an unsere Kinder weitergeben.“ Das Gastgewerbe eigne sich besonders, um die Themen Gesundheit, Ernährung und Umwelt miteinander zu verknüpfen, davon sind die EUROPA MINIKÖCHE überzeugt.

Die Idee, die hinter dem Projekt steckt, ist ganz einfach. Die Kinder erfahren nicht nur, wie Speisen schmackhaft und ansprechend zubereitet werden. Sie tragen ihr Wissen über Tischkultur und gesunde Lebensmittel zurück in ihre Familien und verändern dort nachhaltig und langfristig das Ernährungsverhalten. Sie lernen viel über die Herkunft von Nahrungsmitteln und werden für Umweltthemen sensibilisiert. Die Wertschätzung eines selbst gekochten und angerichteten Essens ist groß, wenn man erlebt, dass Kochen Zeit, Wissen und Geduld erfordert und die richtige Wahl der

STADTZEITUNG

Zutaten. Sehr schnell erschließt sich den kleinen Köchen der Zusammenhang zwischen Essen und Gesundheit. Die Kinder erwerben Sozialkompetenz während ihrer Arbeit in der Gruppe und haben mit all diesen Erfahrungen und nachweislichem Durchhaltevermögen später gute Karten bei der Berufswahl – nicht nur im gastronomischen Bereich.

Stolz und Freude

Das Niveau der Miniköche ist hoch und so manch eine Gruppe hatte bei Wettbewerben schon die Nase vorn im Vergleich mit „den Großen“. In der Regel wird das zubereitete Mahl aber stolz selbst verspeist oder ausgewählten Gästen – den Familien der Kinder – serviert.

Die Kinder sind mit Feuereifer und Ernsthaftigkeit bei der Sache und haben großen Spaß, was man in ihren Gesichtern lesen kann – das berichten die Teamleiter der zahlreichen Gruppen. Zwischendrin kann sich ein Minikoch grüne, goldene oder rote Knöpfe für besondere Leistungen erwerben – die dann sofort an die Kochjacke genäht werden. Finanziert wird das Projekt über Sponsoren, regionale Schirmherren und die teilnehmenden Gastronomen. Für die Eltern der Miniköche fällt für die gesamte Zeit nur ein Betrag von 150 Euro an, auch wenn die Kinder reisen und übernachten.

Miniköche in Zusmarshausen

Eine der Minikoch-Gruppen ist nun im frisch restaurierten Hotel Alte Posthalterei in Zusmarshausen gestartet. 13 vorfreudige etwa zehnjährige Kinder wurden mit Kochjacken, Schürzen und Mützen eingekleidet. Jedes von ihnen bekam einen Koffer mit wichtigem Werkzeug, beispielsweise einem Messer und einem Spätzleschaber. Außerdem gehört eine Stoffserviette zur Ausrüstung, denn nicht nur die Zubereitung von Gerichten werden die jungen Köche lernen, sondern auch wie man einen Tisch richtig deckt und eben eine Serviette falten kann.

Die angehenden Miniköche wurden von den Teamleitern Marc und Manuela Schumacher nach einer – oft sehr einfallsreichen – Bewerbung und einem Vorstellungsgespräch ausgewählt, denn es gab viel mehr Interessenten als Plätze und die Qual der Wahl war groß. Zwei Jahre dauert die Ausbildung und am Ende müssen die kleinen Experten eine bundesweit einheitliche Prüfung bei der IHK bestehen, in deren Rahmen sie nicht nur Praxiswissen in Küche und Service nachweisen, sondern auch schriftlich abgefragt werden. Überreicht wird den Kindern am Ende eine Urkunde über ein zweijähriges Berufsvorbereitungsseminar. Vorsicht: Man kann auch durchfallen!

Intensive Jahre

Zehnmal im Jahr wird nun drei bis vier Stunden zusammen gekocht. Außerdem gehen die „Ausbilder“ mit ihren Miniköchen auch einkaufen oder besuchen die Metro, um an der Fischtheke Anschauungsunterricht zu liefern. Der Metzger bringt Rinder-Teile, damit das Wissen um Fleisch und seine Herkunft behandelt werden kann. Warenkunde und das Thematisieren der Probleme der Landwirtschaft; Sähen, Ernten und Bodenpflege, erweitern den Horizont der Kochkinder und helfen ihnen dabei, die richtigen Zutaten für ihre Arbeit zu wählen. Unterstützt werden Schumachers von

STADTZEITUNG

einer Oecotrophologin, die theoretisches Wissen über Nährstoffe und ihre Wirkung auf den Körper vermittelt. Als Schirmherr setzt sich Landrat Sailer für die Ausbildung der Europa-Miniköche ein.

Die Bandbreite der Gerichte ist groß. Es gibt einen „Ausbildungsplan“, aber die Kinder können auch selbst Ideen einbringen. Vom Kohlrabi bis zum Wildgericht – Essen ist etwas Vielfältiges. Immer sind die zubereiteten Speisen und Getränke ohne Alkohol und Coffein, denn selbst wenn sich die für Kinder schädlichen Stoffe „verkochen“, so bleibt doch der Geschmack übrig, an den man die Jugendlichen gar nicht erst gewöhnen möchte. Als Partner konnte neben der BARMER der FCA gewonnen werden und so ist es möglich, dass die Miniköche auch in der Allianz-Arena beim Catering helfen dürfen. Die Kinder setzen sich auf dem Weihnachtsmarkt und ähnlichen Veranstaltungen für andere Kinder ein, indem sie Selbstgebackenes für gute Zwecke verkaufen. Das Organisieren solcher Veranstaltungen gehört zur Ausbildung.

Die Teamleiter

Nach den zwei Jahren muss es für die Teilnehmer nicht vorbei sein. Sie können sich zum Beispiel als Begleiter einer Miniköche-Gruppe weiterhin beteiligen und so schon erworbenes Wissen an die Kleineren weitergeben. Dabei lernen sie natürlich auch selbst beständig dazu. Die „Ehemaligen“ treffen sich auch nach ihrem Kurs immer wieder und tauschen sich über Erfahrungen aus, machen Ausflüge und bestehen oft als freundschaftliche Gemeinschaft weiter.

Das Engagement der Schumachers für das Miniköche-Projekt kommt nicht von ungefähr. Zum einen sind sie selbst Eltern zweier Kinder und das Thema Familie, Beruf, gemeinsam Essen ist auch für sie immer wieder eine Herausforderung. Zum anderen ist Marc Schumacher seit 2017 ein Mitglied der Eurotoque-Köche. Dieser ebenfalls europaweit tätige Verein widmet sich unter anderem dem Erhalt traditioneller Rezepte, unter Verwendung qualitativ hochwertiger Lebensmittel und an der Jahreszeit orientierter frischer Zutaten. Nachhaltigkeit, Transparenz und Unabhängigkeit sind weitere Inhalte des ausführlichen Ehrenkodexes. Eines der Ziele ist die Förderung der gesunden Ernährung in der Gesellschaft.

Die Teamleiter der deutschen Miniköche stehen in regem Austausch miteinander und liefern sich gegenseitig Erfahrungen und Ideen, so dass das Projekt sich auch nach den vielen Jahren immer weiter verbessert und an die Realität des Alltages anpassen kann. Einmal im Jahr trifft man sich persönlich zum Austausch. Stolz werden dann Geschichten erzählt und Bilder gezeigt, beispielsweise von der Miniköche-Gruppe, die im berühmten Berliner Hotel Adlon Pralinen verzieren durfte oder der Gruppe, die bei einem Empfang mit Angela Merkel im Service glänzte – sehr zum Erstaunen und Gefallen der anwesenden „hohen Tiere“.