

Auch die Theorie meisterten die kleinen Köche mit Bravour

Ferienspiel-Kinder machten bei der Katholischen Öffentlichen Bücherei einen Ernährungsführerschein

R12 23.08.16

Von Stefan Zeeh

Hirschberger-Leutershausen. Diese zwölf Hirschberger Kinder haben ab sofort den Führerschein für die richtige Ernährung. In einem Schnellkurs konnten sie diesen bei den Ferienspielen der Gemeinde erwerben. Und wie bei der Prüfung für den Kraftfahrzeugführerschein gab es einen theoretischen und einen praktischen Teil. „Alle haben den theoretischen Teil bestanden“, verriet Ragna Heinecke von der Katholischen Öffentlichen Bücherei (KÖB), die diesen zweitägigen Ferien-spieltermin anbot, schon einmal, bevor der praktische Teil abgeschlossen war.

Um das nötige Wissen für die theoretische Prüfung zu erlangen, musste am ersten Tag viel gebüffelt werden. Schließlich hatte es so manche Frage bei der schriftlichen Prüfung in sich.

Wie etwa, ob Vollkornbrot immer nur aus groben Körnern besteht, oder ob es dieses auch fein gemahlen gibt. Ebenso spielte das Wissen rund um die Hygiene im theoretischen Teil eine wichtige Rolle. So lernten die Kinder, dass sie ihre Hände unbedingt zu waschen haben, bevor sie Lebensmittel zubereiten.

Zu all dem gehörten genauso die Kenntnisse über die Ernährungspyramide, in der die grüne Ampelfarbe für Lebensmittel steht, von denen Kinder und Erwachsene reichlich essen sollen wie Obst und Gemüse. Die rote Ampelfarbe kennzeichnet dagegen Lebensmittel, die nur sparsam zu genießen sind. Dazu gehören etwa fette Snacks und Süßigkeiten.

Derart gut vorbereitet, konnte es am zweiten Tag an den praktischen Teil ge-



Während am ersten Tag Theorie gebüffelt wurde, stand am zweiten Tag die Praxis im Vordergrund: Dabei zeigte sich, dass die Ferienspiel-Kinder schon über einiges an Koch-Erfahrung verfügen. Foto: Kreutzer

hen. Ofenkartoffeln mit einer Kräutercrème und einem Karottensaft sollte es zum gemeinsamen Mittagessen geben. Die Zutaten dafür hatte die **Hirschberger Bücherei** bereitgestellt.

Nachdem die Kinder ihre Hände gewaschen hatten, ging es unter Anleitung von Gertrud Marlowe, Birgit Jungnitsch, Herti Kaltenberg sowie Ragna Heinecke

Schneidebretter abgewaschen und die Tische gesäubert werden.

Das war nicht nur Mädchensache. Auch die sieben Jungs in der Gruppe beteiligten sich kräftig an der Reinigungsaktion. „Das ist ein vorbildlicher Tisch“, war Gertrud Marlowe bald schon sehr zufrieden mit der Tätigkeit der jungen Köche. Das Schälen der Karotten ging zügig voran und dann galt es, diese mit einer Reibe zu zerkleinern.

„Die Reibe ist sehr scharf“, warnte Gertrud Marlowe die Kinder und fragte sicherheitshalber nach, wer denn schon einmal mit einer Gemüseribe gearbeitet habe. Alle Hände gingen hoch, was zeigte, dass hier erfahrene Küchenhelfer am Werk waren.

Demertsprechend waren der Karottensalat und die Kräutercrème bald zubereitet und das Klingeln der Zeitschaltuhr am Ofen belegte, dass auch die Ofenkartoffeln fertig waren.

„Alles soll auch schön aussehen“, wies Marlowe die Kinder noch darauf hin, dass beim Essen auch das Ambiente stimmen sollte. Deshalb gaben sich die kleinen Köche viel Mühe die Tische ordentlich zu decken. Und was gibt es dann noch Schöneres, als die selbst hergestellten Speisen in der Gruppe zu genießen?